



# UNIVERSIDAD NACIONAL AUTONOMA DE MEXICO

---

FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES  
IZTACALA

**ADICCIONES: UNA OPCION  
DE TRATAMIENTO.**

**ACTIVIDAD PROFESIONAL  
QUE PARA OBTENER EL TITULO DE:  
LICENCIADO EN PSICOLOGIA  
P R E S E N T A :  
MARITZA GARCILAZO GRIJALVA**

COMISION DICTAMINADORA

LIC. IRMA HERRERA OBREGON  
LIC. GERARDO ABEL CHAPARRO AGUILERA  
DR. SERGIO LOPEZ RAMOS





Universidad Nacional  
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

**Biblioteca Central**



**UNAM – Dirección General de Bibliotecas**  
**Tesis Digitales**  
**Restricciones de uso**

**DERECHOS RESERVADOS ©**  
**PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL**

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

## **AGRADECIMIENTOS.**

A la vida misma, al permitirme concluir este trabajo y despertar cada día. Gracias por la oportunidad de elegir.

A Irene, por el espacio en tu vientre, por cada noche en vela a mi lado, por ser mi incansable guía de la vida, por darme cuanto necesité. Gracias madre. Este trabajo es para ti.

A Herminia por tu apoyo incondicional, por los juegos, los paseos y las risas. Tu me enseñaste a disfrutar la vida sin importar las contingencias. Gracias Tía.

A mi hermano por cuidarme cuando mamá no estaba, por tu apoyo en los momentos difíciles, por intentar ser una mejor persona. Te quiero mucho.

A Erick por luchar contra toda expectativa, por acompañarme en la dura tarea de enfrentar miedos, por las risas, la música, los cuidados y sueños. Sabes que te amo.

A mis profesores Irma, Sergio L., Gerardo y Arcelia, por trabajar para construir un mundo mejor, por sus enseñanzas, por el tiempo dedicado a la asesoría de este trabajo y de mi propia vida.

A los integrantes del grupo Victoria que consiguen que continúe el milagro de la ayuda entre seres humanos. Sandy, Karina, Claudia, Nora, Cinthya y Nancy gracias por cada momento.

A cada uno de los 18 miembros del grupo que contribuyeron en la realización de este trabajo al compartir su vida, risas y algunas lágrimas.

A mi padre

## INDICE

<b>RESUMEN</b> .....	4
<b>INTRODUCCIÓN</b> .....	5
<b>CAPÍTULO I.</b>	
<b>ADICCIONES EN MÉXICO</b> .....	8
1.1. Historia de las bebidas alcohólicas .....	10
1.2. Problemática del alcoholismo .....	13
1.3. Historia de las sustancias psicoactivas más consumidas .....	19
1.4. Problemática del consumo de sustancias psicoactivas.....	24
1.5. Historia de los trastornos alimenticios y problemática .....	29
1.5.1. Anorexia nerviosa.....	34
1.5.2. Bulimia nerviosa.....	35
1.5.3. Sobreingesta o comer compulsivo.....	37
1.6. Las adicciones y el cuerpo .....	38
1.7. Alternativas de tratamiento .....	44
<b>CAPITULO II.</b>	
<b>VICTORIA SALUD INTEGRAL, A.C.: EL PROYECTO</b> .....	48
2.1. Propuesta teórica del Dr. Sergio López Ramos .....	49
2.2. Propuesta de Alcohólicos Anónimos .....	53
2.3. Victoria Salud Integral A. C.: el perfil.....	59
2.4. Antecedentes, organización y servicios .....	63
<b>CAPITULO III.</b>	
<b>LA VOZ DE LOS MIEMBROS: RESULTADOS</b> .....	71
3.1. Metodología de investigación: antecedentes y desarrollo.....	71
3.2. Categorías de análisis.....	79
3.3. Exposición de resultados.....	81
3.4. Análisis de resultados.....	195
<b>CONCLUSIONES</b> .....	209
<b>BIBLIOGRAFÍA</b> .....	215
<b>ANEXOS</b> .....	220
Anexo 1. Organigrama	
Anexo 2. Matriz de datos generales	
Anexo 3. Formato de entrevista	
Anexo 4. Entrevista a “Roble”	
Anexo 5. Número total de miembros por experiencia	

## RESUMEN

Los estudios entorno a las adicciones y sus posibilidades de tratamiento son temas muy socorridos por encontrar soluciones a los problemas sociales que de ellas emanan. Contenido en tres capítulos, el presente escrito es un reporte de las actividades realizadas en los últimos 12 meses de trabajo profesional en este tenor dentro de la asociación civil *Victoria Salud Integral, A. C.*

Las evidencias ubican a las adicciones en el terreno de la salud donde se involucra necesariamente el quehacer psicológico. En vista que no siempre ha representado un problema social, su estado actual supone una construcción donde intervienen factores sociales, económicos y políticos de una cultura que exalta el culto al cuerpo que paradójicamente propicia su olvido y destrucción. *Victoria Salud Integral, A. C.* surge de la necesidad de 6 personas por dar respuesta a sus demandas emocionales que en algunos casos desencadenó una adicción. Su propuesta de tratamiento surge del amalgamamiento de dos escuelas, Alcohólicos Anónimos con su programa de recuperación de “Los doce pasos” y la propuesta psicológica del Dr. Sergio López Ramos. El análisis del discurso de los participantes señalan a *Victoria, Salud Integral, A. C.* como una opción en el tratamiento de adicciones al proponer una solución basada en el propio compromiso del paciente, el cultivo diario de un equilibrio emocional y la práctica constante de terapias corporales.

En el primer capítulo se abordan las definiciones, estadísticas, causas y problemática actual teórica del alcoholismo, la drogadicción y los trastornos alimenticios en México por ser los casos adictivos presentes en la asociación. En el segundo capítulo se presentan los antecedentes, bases teóricas, descripción de los servicios que brinda el grupo de trabajo y las actividades profesionales que llevé a cabo. Finalmente, el tercer capítulo corresponde a los resultados obtenidos de la investigación cualitativa impulsada por la necesidad de determinar los beneficios de las estrategias de tratamiento y rehabilitación empleados en la institución. Para ello, se llevaron a cabo 18 entrevistas semiestructuradas para capturar testimonios en el marco de la historia oral temática. Los participantes seleccionados son miembros del grupo beneficiados por alguna de las actividades desempeñadas en el grupo.

## INTRODUCCIÓN

Complejo, perfecto y misterioso, así es el ser humano. Grandes teorías se han realizado en su honor para explicar, conocer e incluso controlar su proceder. Lo cierto es que el ser humano presenta una característica única de todo el planeta: el libre albedrío que le otorga la capacidad de elegir lo que quiere para si mismo. Si esto es así ¿qué factores ayudan a elegir la felicidad o la tristeza, la vida o la muerte, una adicción o la sobriedad?.

En esta lógica, la presencia de una adicción en la vida de cualquier persona es resultado de una previa decisión de manera que muchos eligen el placer momentáneo y el sufrimiento a largo plazo. La situación se complica cuando se resuelve abandonar el proceso adictivo sin obtener éxito. El objetivo es claro, el paciente y el profesional de la salud lo saben, pero las alternativas de tratamiento sólo dan beneficios momentáneos topándose con el fantasma de la recaída y los círculos viciosos de los que es aún mas agotador reponerse.

Los enfoques psicológicos o médicos actuales que dan lugar a los tratamientos que abordan la problemática de las adicciones presentan una constante. Todas reconocen el factor de multicausalidad que contribuye a la construcción del problema reconociendo así su complejidad. Las instituciones cuentan con diferentes áreas de tratamiento donde el paciente es atendido por especialidades en el afán de cubrir todas las esferas de la vida. Sin embargo, en cada una se busca la relación causal de uno a uno, se busca el factor al cual eliminar o trabajar, de manera que poco o nada se aproxima al trabajo integral. Sobra decir, los resultados de tal práctica no son alentadores a largo plazo.

Por poco más de siete años, Victoria Salud Integral, A.C. se ha ocupado por este gran problema social que se incrementa diariamente y aporta una propuesta de trabajo desde una visión integral que considera el interno y externo del paciente como constructores de un ser único e irrepitible. La intención se centra en considerar las condiciones geográficas, históricas, alimenticias, económicas, climáticas, familiares, culturales para brindar el proceso de rehabilitación adecuada, además de considerar el

cuerpo no sólo como depositario de placeres y/o sensaciones que producen las adicciones, sino como un medio para liberarse de ellas por medio de terapias corporales como acupuntura, masaje, bioenergética o elaboración de inventario moral.

El inicio de la institución se remite a mayo del año 2000 cuando un pequeño grupo de personas se empeñó en compartir la cura a sus adicciones emocionales y/o físicas encontrada en una agrupación conocida como 4° y 5° paso, donde se retoma el programa de recuperación propuesta por Alcohólicos Anónimos.

El mismo propósito da vida a esta obra: colaborar en la difusión de una alternativa de tratamiento a las múltiples adicciones que se crean en la vida de los ciudadanos del Distrito Federal a través de indagar los resultados obtenidos y expuestos de viva voz por 18 miembros de la agrupación.

Para alcanzar la intención, el cuerpo del presente reporte se divide en tres capítulos. El primero de ellos es dedicado a la exploración de la historia y problemática actual de las adicciones en México remontándonos a la época prehispánica donde se encuentran los primeros indicios del consumo de bebidas alcohólicas y consumo de sustancias psicoactivas sin que ello representara un problema social. Es con la llegada de los españoles que esta situación cambia dando inicio a la búsqueda de soluciones hasta la fecha. Un recorrido sobre estas propuestas dará una idea sobre la relevancia del enfoque teórico con el que se aborda la problemática y la característica principal que les une: la especialización como medio de tratar al paciente generando una visión fragmentada que evoca una cura igualmente dispersa.

En el capítulo II se describen en detalle las bases teóricas sobre las que descansa el grupo de trabajo y que da lugar al uso de terapias corporales, la organización y forma de trabajo retomada de Alcohólicos Anónimos, la propia propuesta teórica producto del amalgamamiento de la epistemología del Dr. Sergio López Ramos y el programa de recuperación *Los Doce Pasos* de Alcohólicos Anónimos y, por último, los lineamientos que muestran el perfil de la institución.



El tercer capítulo corresponde a la investigación cualitativa que da cuenta sobre la efectividad del programa juzgada por los propios miembros. Se muestran los resultados y su posterior análisis que ubican a *Victoria Salud Integral, A. C.* como una opción viable en la rehabilitación de adicciones y sobre todo a nivel de prevención.

Finalmente, el último apartado corresponde a las conclusiones y anexos donde se incluye la transcripción fiel de una de las 18 entrevistas realizadas así como el formato usado como guía, la matriz de datos sobre la que se realizó el análisis de las entrevistas y la bibliografía general.

Mas allá de un escrito informativo, esperamos que el presente volumen represente un precedente sobre nuevos horizontes de tratamiento que transgreden los lineamientos de la ciencia positivista. Y más aún, un tributo a todas las personas que creen y hacen posible que la vida mejore.

## **CAPITULO I.**

### **ADICCIONES EN MÉXICO.**

Apartar la vista de los problemas sociales que se presentan en el México actual es ejemplo de un proceso de alienación donde se vive en el imaginario social construido desde un proyecto de Nación al servicio del sistema capitalista.

No es fácil leer y/o escuchar las noticias del día que pasan a engrosar las estadísticas sobre delincuencia, prostitución, drogadicción, alcoholismo, suicidios, etc. Y es aún más difícil mirar de frente la historia contada por su protagonista, cuando el o ella misma solicita una sugerencia que le ayude a modificar su estilo de vida. Ese momento es crucial para su futuro y a veces, las palabras faltan.

Actualmente, las adicciones representan un problema de salud pública en México que aumenta día con día. Esto es visible al revisar las estadísticas epidemiológicas del INEGI y la Secretaría de Salud resultado del Censo de Población y Vivienda del año 2000 que nos arroja datos alarmantes de consumo y decesos a consecuencia de una adicción específica: el alcoholismo. Del total de jóvenes de 12 a 29 años, 58.3% nunca ha ingerido una copa completa de alcohol o no lo ha hecho en el último año; 24.2% bebió cinco copas o más en una sola ocasión en el último año; 3.6% toma diariamente o por lo menos una vez a la semana se toma cinco o más copas en una sola ocasión<sup>1</sup>.

Entre los jóvenes de 12 a 17 años, es mayor el porcentaje de quienes nunca han consumido una copa completa de alcohol o no lo han hecho en el último año (74.3%) y menor el porcentaje de quienes ingirieron cinco copas o más en una sola ocasión en el último año (17.1%), de quienes toman diariamente y por lo menos una vez a la semana cinco o más copas en una sola ocasión (1.1%). Entre los de 18 a 29 años, los porcentajes ascienden a 47.5%, 29% y 5.3%, respectivamente. Del total de jóvenes de 12 a 29 años, 0.8% bebe diario o casi a diario y 5.9% bebe de 1 a 4 veces por semana; entre los de 12 a

---

<sup>1</sup> INEGI (2005) Estadísticas a propósito del día internacional de la juventud. Datos nacionales. Disponible en <http://www.inegi.gob.mx>.

17 años estos porcentajes ascienden a 0.3% y 2.3%, mientras entre los de 18 a 29 años son de 1.1% y 8.3%, respectivamente<sup>2</sup>.

La encuesta señala también que los hombres consumen alcohol más frecuentemente que las mujeres: 30.6% de los hombres jóvenes de 12 a 17 años y 20.9% de las mujeres de esta edad bebieron por lo menos una vez durante el año anterior a la entrevista de donde surgen estos datos; mientras que los porcentajes de los hombres y las mujeres de 18 a 29 años ascienden a 68.6% y 40.3%, respectivamente<sup>3</sup>. Los decesos por este consumo ocupa el lugar 18 de las 20 principales causas de muerte en el país: de cada 100,000 defunciones, 4216 se le atribuyen al consumo alcohol específicamente<sup>4</sup>. De ahí la importancia de abordar el tema en busca de opciones de prevención y tratamiento.

A la mente pueden venir diferentes nombres de adicciones, siendo las más conocidas por su incidencia, el alcoholismo y el consumo de sustancias psicoactivas conocidas como drogas; sin embargo, la noción de adicción no sólo se remite a lo anterior, también abarca el consumo excesivo de comida, la enajenación por la televisión, los juegos de azar, las relaciones sexuales compulsivas, etc., de hecho, casi cualquier cosa puede provocar adicción caracterizada por un apego desmedido que deja de lado el interés por otras actividades, ya que se busca la satisfacción inmediata<sup>5</sup>. Para efectos del presente trabajo sólo se abordarán el alcoholismo, la drogadicción y los trastornos alimenticios donde encontramos al comer compulsivo, por ser los casos que se han tratado en Victoria, Salud Integral, A. C.

Para comprender como las adicciones han puesto en peligro la salud e incluso la vida de muchos niños, jóvenes y adultos, es necesario preguntarse por los orígenes de las sustancias que generan tales dependencias. Preguntas tales como: ¿cuándo dio inicio su consumo?, ¿con qué fin se consumían?, o bien, ¿el consumo de ciertas sustancias siempre

---

<sup>2</sup> *Idem*

<sup>3</sup> *Idem*

<sup>4</sup> Fundación de Investigaciones Sociales A. C. (2007) *Causas de mortalidad en México en el año 2000 y 2001*. Disponible en <http://www.alcoholinformate.org.mx>

<sup>5</sup> En López, R. (2002). *Lo corporal y lo psicosomático. Reflexiones y aproximaciones II*. México. Edit. Zendová, p. 292.

ha representado un problema social?, encontrarán respuestas al hacer una revisión de los antecedentes de lo que hoy se conoce como psicodrogas adictivas que abarca desde el tabaco mismo, pasando por las bebidas alcohólicas, hasta las drogas “de diseño” o sintéticas como las hoy popularmente conocidas “tachas”. Así mismo, se abordará a la comida como un agente capaz de producir adicción debido a la similitud de reacciones ante la suspensión del consumo.

### **1.1. Historia de las bebidas alcohólicas.**

El consumo de alcohol no es un fenómeno reciente, sino que ha caracterizado el devenir histórico de muchas sociedades<sup>6</sup>. Para el caso de nuestro país el viaje inicia en el México prehispánico donde los pobladores muestran un claro conocimiento del ambiente incluyendo un saber preciso acerca de los efectos psicotrópicos de ciertos vegetales y animales. Sabían del proceso de fermentación que modificaba la composición bioquímica de una sustancia para dar lugar a otra diferente con propiedades adictivas. Tal es el caso del pulque, identificada como la sustancia de uso más extendido en el México prehispánico<sup>7</sup>.

El pulque, ancestro de las bebidas alcohólicas actuales, era considerado como una bebida divina que sólo podía ser consumida en ocasiones especiales o por personas que tuvieran características específicas como los ancianos, quienes: *“ya tenían su alma lo suficientemente avanzada y endurecida para que los espíritus moradores del pulque no pudieran hacerles daño ni obligarlos a realizar actos ilícitos o de mal ejemplo”*, por lo que podían beber en condiciones normales<sup>8</sup>.

Vemos como ya se identifica el cambio de conducta y el peligro de un “alma débil” bajo los influjos de una sustancia adictiva. La restricción de su consumo denota un respeto o miedo por el pulque y sus efectos. Aquel que bebía fuera de las festividades ceremoniales

---

<sup>6</sup> Mc Crady, B (1998). *Los problemas de la bebida: un sistema de tratamiento paso a paso. Manual del terapeuta. Manual de autoayuda*. España: Psicología Pirámide, p.11.

<sup>7</sup> Tapia, R. (2001). *Las adicciones. Dimensión, impacto y perspectivas*. Edit. Manual Moderno. México. p. 4

<sup>8</sup> Corcuera de Mancera, S. (1991). *El fraile, el indio y el pulque*. México. Edit. FCE. p. 30.

era severamente castigado, como el caso del señor de Cuautitlán quien fue mandado a ahorcar por Moctezuma a causa de sus frecuentes borracheras; o aquellos otros en que se les trasquilaba o se les daba de palos, sobre todo si eran plebeyos y era la primera vez que se emborrachaban<sup>9</sup>.

La gran diferencia entre la época actual y el México prehispánico es el sentido ritual que se asociaba a la bebida, lo que hacía que se reglamentara su uso. Tal vez, dice Tapiaesto era lo que mantenía el equilibrio del consumo de bebidas embriagantes: “*la alternancia de estrictas medidas represivas con la permisividad de la embriaguez en las fiestas religiosas*”<sup>10</sup>, donde incluso participaban los niños. Así, afirma este autor **el alcoholismo no representaba un problema grave en las sociedades del México prehispánico**<sup>11</sup>.

Sin embargo, todo cambió con la Conquista, cuando el pulque perdió su connotación divina y, por tanto, el objetivo de su restricción. En su lugar se instauró un discurso que permitía su consumo en cualquier ocasión, siempre y cuando éste fuera moderado. Tapia señala que cualquier pretexto comenzó a justificar una borrachera. Fue entonces cuando la semilla del alcoholismo como problema social comenzó a germinar<sup>12</sup>.

Es evidente que las autoridades de la época se percataron de los cuadros impresionantes y masivos de alcoholización; entonces, ¿porqué lo permitieron?. González Duro señala:

“En la exploración y la conquista de los llamados nuevos mundos, los “descubridores” y los “pioneros” occidentales **utilizaron el aguardiente, el whisky y otras bebidas similares como potentes armas para el sometimiento y el embrutecimiento de las poblaciones indígenas**”.<sup>13</sup>

---

<sup>9</sup> *Ibidem*, p. 5

<sup>10</sup> *Idem*

<sup>11</sup> Las negritas son mías.

<sup>12</sup> *Idem*

<sup>13</sup> Citado en Kalina, E. (1987). *Droga: máscara del miedo*. España. Edit. Fundamentos. p. 96. Las negritas son mías.

Percepción que respalda Henry E. Sigerist, historiador de la medicina nacional estadounidense quien dijo: “las conquistas del hombre blanco se deben tanto a la bebida como a las armas de fuego”<sup>14</sup>.

Por su parte, la producción de aguardiente de caña se remonta hasta la época de Hernán Cortés quien promovió el cultivo de la materia prima para su elaboración: la caña de azúcar. Cabe señalar que una razón para su expansión en el territorio nacional se debió a que en las regiones donde se cosechaba la caña de azúcar no correspondía con las regiones de cultivo de maguey y el aguardiente fungió como sinónimo del pulque, es decir, como bebida tradicional de la región. Así, se fue llenando el territorio nacional del fenómeno de la alcoholización, los huecos que el pulque había dejado, el aguardiente los llenó.

Para el siglo XVI, aparecen otras bebidas alcohólicas con productos destilados muy diferentes a los productos fermentados prehispánicos como el pulque; este nuevo proceso consiste en hervir la mezcla de fermentación para evaporar el alcohol y las sustancias volátiles que se volverán a condensar<sup>15</sup>, diferencia que se confirma al analizar su composición bioquímica que delata la ausencia de endorfinas, lo que explica las diferencias en los patrones de comportamiento de los borrachos con una y otra bebida<sup>16</sup>. Entre éstos productos destilados encontramos al mezcal y el tequila, bebidas que actualmente se consideran como un orgullo nacional ante el resto del mundo<sup>17</sup>. Lástima que no se pueda decir lo mismo de las consecuencias sociales que genera su consumo.

Desde entonces, refiriéndonos a la época de la Conquista, el consumo de bebidas alcohólicas y su adicción han estado en el primer plano de la problemática de salud pública. El gran error: la pérdida de su concepción religiosa y divina que dejó a la deriva su producción y consumo.

---

<sup>14</sup> *Idem*

<sup>15</sup> Goldstein, A. (1994). *Adicción*. España: Ediciones Neurociencias, p.130

<sup>16</sup> Tapia, *op. cit.*, p. 5.

<sup>17</sup> Una razón de tal orgullo (y tal vez la principal), es que México es el único productor de tequila en el mundo, lo que abre un amplio mercado a nivel internacional. Molina, P.; Berruecos, V. (1985). *El alcoholismo en México II. Aspectos sociales, culturales y económicos*. México. Fundación de Investigaciones Sociales, A.C. Edit. Impresiones Modernas, p. 22.

En el presente, las bebidas tradicionales prehispánicas como el pulque, el aguardiente de caña y el mezcal, se ven desplazadas por productos como el vino, el brandy, el whisky, el tequila, el ron y el vodka, tanto en producción como en consumo. Éstos últimos son elaborados por grandes empresas de capital extranjero y aquí otra diferencia entre el México prehispánico y el actual: ahora el productor y el consumidor se encuentran separados, se individualizan los papeles propiciando que al productor no le interesen las consecuencias individuales, familiares y/o sociales de un abuso en el consumo de su producto.

La concepción de la bebida para el productor ahora se traduce en dinero, mientras para el consumidor representa, entre otras cosas, el cambio de pautas de consumo para adquirir un status social y/o un estado de conciencia confortable, necesidades construidas por medio de la publicidad de las grandes empresas con la asociación de valores sociales deseados a su producto<sup>18</sup>.

## **1.2. Problemática del alcoholismo.**

¿Porqué se bebe actualmente?. esta pregunta bien puede representar la piedra angular del problema del alcoholismo y parte de la respuesta se puede concluir una vez que se ha revisado la historia de las bebidas alcohólicas. Los textos consultados señalan al alcohol (también al tabaco) como drogas socialmente aceptadas, constituyendo un recurso para liberarse, al menos transitoriamente, de la opresión del diario vivir<sup>19</sup>. La relajación de las tensiones, el olvido momentáneo de un dolor emocional y la huida de la realidad, son sólo algunas de las diferentes necesidades que orillan a la persona a buscar un factor externo en la búsqueda de la felicidad<sup>20</sup>.

Por ello, actualmente las bebidas alcohólicas llegan a ser una “necesidad de vida” de manera que se aumentan imperceptiblemente las cantidades. La persona “vive” mejor y, de

---

<sup>18</sup> *Ibidem*, p.p. 37-38.

<sup>19</sup> Kalina, E., *op. cit.*, p. 83.

<sup>20</sup> Ricard, M (2005) *En defensa de la felicidad*. España. Edit. Urano, p. 51.

hecho, se incrementa la capacidad de realizar una actividad determinada si bebe durante un período de tiempo como sucedía en la época de la Colonia<sup>21</sup>.

En el discurso científico el proceso de la adicción puede definirse así. Al inicio la oportunidad de beber se percibe sólo como un *deseo* y no como una *necesidad* bioquímica que a su vez, es vivida como una satisfacción por poder beber de nuevo. Lenta y progresivamente, en ocasiones años después, la necesidad condicionada bioquímicamente se expresará con ansiedad, angustia y manifestaciones del síndrome de abstinencia<sup>22</sup>. Entonces el alcoholismo está declarado.

En este punto bien pudiera preguntarse si se ha establecido una cantidad promedio de consumo como medida para poder diagnosticar a un alcohólico como tal. A lo largo de la lectura de textos es evidente que muchos autores han intentado establecer patrones de consumo de donde surgen subcategorías como bebedor social, bebedor promedio y bebedor problema. Cada uno caracterizado por un consumo esporádico, moderado y de abuso<sup>23</sup>.

Sin embargo, señala Wallace que la cantidad o el tipo de bebida que se consume no es un indicador totalmente confiable para determinar el estado real del alcoholismo. Este autor señala que es importante *observar las consecuencias* de la forma de beber: “*en vez de preguntarse: “¿qué tanto bebo?” o “¿qué tan frecuente bebo?”, la persona debe contestar con sinceridad a la pregunta “¿qué sucede cuando bebo?”*.”<sup>24</sup>

---

<sup>21</sup> Aizpiri, D.; Marcos, F. (1996). *Actualización del tratamiento del alcoholismo*. Barcelona, España. Edit. Masson, p 18.

<sup>22</sup> *Idem*.

<sup>23</sup> Para mayor información al respecto puede consultarse el texto básico de A.A. Alcoholics Anonymous World Services. ([1957]-2001). *Alcohólicos Anónimos*. México, p.p. 28-40.

<sup>24</sup> Señala el autor que la diferencia en los patrones de ingestión de alcohol, es una fuente de confusión en lo que se refiere al alcoholismo. Algunos de estos patrones se ajustan muy bien a los estereotipos, pero una gran cantidad no. lo que se bebe también es otra fuente potencial de confusión. Muchos alcohólicos creen no serlo sencillamente porque sólo beben cerveza, finos vinos tintos franceses o, tal vez, vinos hechos en casa y licores de fruta. Estos individuos creen que los alcohólicos ingieren bebidas “fuertes” como ginebra, whisky, aguardiente y vodka, entre otras. Wallace, J. (1990). *El alcoholismo como enfermedad*. México. Edit. Trillas, p.p. 14-16.



El tema del alcoholismo y su atención representa un complejo fenómeno debido a las múltiples variables que intervienen en esta problemática<sup>25</sup>:

“El desafío de atender alcohólicos enfrenta un obstáculo principal en las características múltiples de esta enfermedad. Lo multiforme está presente en su origen, causas, determinantes y desencadenantes y también en la evolución y efectos producidos sobre los individuos y grupos sociales afectados<sup>26</sup>”

Esta percepción de la realidad es una señal de alarma que plantea a los profesionales de la salud iniciar acciones al respecto. La opción apunta a propiciar un abordaje sustentado en una política global, multisectorial y multidisciplinario, con la participación de todas las áreas implicadas: salud, bienestar social, empleo, tráfico, comercio y justicia<sup>27</sup>.

Aunado a esta característica, se observa que los estudios revisados han estado dirigidos a estructurar o encontrar un patrón único y característico en el que se incluya a la mayoría de las personas consideradas alcohólicas. De ahí parten las definiciones sobre alcoholismo. Al respecto, Meana hace una pequeña revisión histórica de éstas definiciones desde 1945, cuando se presenta una de las primeras definiciones por parte de la Academia de Medicina de Francia, que señalaba que el alcoholismo es “*el consumo de alcohol que sobrepase 1gr/kg de peso/día*”.<sup>28</sup>

Cinco años más tarde, continúa el autor, en 1950 la Organización Mundial de la Salud (OMS) emite su definición al respecto, señalando como alcoholismo a:

“toda ingestión que exceda el consumo alimentario tradicional y corriente o sobrepase el marco general de los hábitos sociales propios del medio considerado, cualesquiera que

---

<sup>25</sup> Cabe apuntar que ésta característica es equivalente a la diversidad de profesionales que, desde su profesión, contribuyen al entendimiento del fenómeno. Así, se encontraron trabajos elaborados por antropólogos, psiquiatras médicos internistas y especialistas en salud pública, trabajos sociales, sociólogos, demógrafos, abogados y filósofos que desde su área aportan estudios y experiencia para enfrentar el problema del alcoholismo. Molina, P.; Berruecos, V., *op. cit.*

<sup>26</sup> Pellegrini, J. (1990). *Alcohol, alcoholismo, alcohólicos. Sistema de atención integral de alcohólicos a través de Grupos Institucionales de Alcoholismo*. Buenos Aires, Argentina. Edit. Cinco, p. 63.

<sup>27</sup> Meana, J; Pantoja, L. (2000). *Nuevas interpretaciones y nuevos abordajes del alcoholismo. Avances en farmacología de drogodependencias*. España, Edit. Artes Gráficas Rontegui, p. 32.

sean los factores etiológicos responsables y sea cual sea la etiología de dichos factores: herencia, constitución física o influencias psicopatológicas o metabólicas adquiridas”.<sup>29</sup>

Poco duró esta definición sin modificaciones y en 1951, esta misma organización mundial dice:

“Los alcohólicos son bebedores excesivos, en los cuales la dependencia del alcohol es tal que puede presentar o un trastorno mental detectable o manifestaciones que afectan a la salud física y mental; sus relaciones con los otros y su comportamiento social y su economía, en principio, no se alteran significativamente, pero se presentan desórdenes que son los pródomos de los futuros trastornos de género”.<sup>30</sup>

Es en 1980, con el desarrollo del DSM-III cuando el alcoholismo es considerado como una droga ya que se incluyó entre los trastornos asociados a la utilización de sustancias “toxicomanígenas”, en lugar de incluirlo en la subcategoría de los trastornos de la personalidad. Esta nueva clasificación cambiaría el rumbo de la visión mundial sobre el alcoholismo.<sup>31</sup>

Considerada dentro del marco de la salud, el alcoholismo ahora se contempló como una enfermedad producida por adicción, lo que cambió también la manera en que se abordaron los casos y las definiciones. En 1996, Aizpiri<sup>32</sup> señala que:

“...podría llamarse alcohólico a toda persona que, ingiriendo alcohol, y conociendo que éste le produce cambios caracteriológicos y conductuales, no es capaz de disminuir la dosis que ingiere o de dejar de beber alcohol, y que con muy alta probabilidad, de esta etapa de dependencia (alcoholomanía) pasará a la intoxicación persistente con adicción (alcoholización) y manifestaciones del síndrome de abstinencia que evidentemente mejorará o paliará con una nueva ingestión del tóxico”.

---

<sup>28</sup> *Ibidem*, p. 81.

<sup>29</sup> Meana, J; Pantoja, L. (2000). *Nuevas interpretaciones y nuevos abordajes del alcoholismo. Avances en farmacología de drogodependencias*. España, Edit. Artes Gráficas Rontegui, p. 81.

<sup>30</sup> *Ibidem*, p. 82.

<sup>31</sup> *Idem*.

Incluso, en trabajos como el de Wallace se incluye al espíritu como una de las entidades afectadas por la enfermedad alcohólica:

“El alcoholismo es una enfermedad cuádruple: es física, psicológica, social y espiritual; cualquier intento de explicarla que no incluya uno o más de estos aspectos, es incompleto”<sup>33</sup>.

En síntesis, la necesidad apremiante de abordar el problema del alcoholismo ha propiciado muchos trabajos que dictan definiciones que se han modificando con el tiempo. A la fecha bien podemos concluir que el alcohol es considerado como una droga que propicia el desarrollo de una enfermedad que involucra necesariamente al factor social, biológico, psicológico e incluso el espiritual, pero se ha dejado de lado su trabajo en conjunto. Sin embargo, es importante anotar la inclusión de la parte del espíritu, una entidad difícil de responder a los requerimientos de un método experimental. Entidad que retoma Alcohólicos Anónimos, tal vez la agrupación con mejores resultados con respecto a tapar la botella y dejar de beber.

Alcohólicos Anónimos es una organización mundial con más de 50 años de experiencia en el tratamiento de alcohólicos. El hecho de mencionarla al final, responde a que los Alcohólicos Anónimos dan una definición de alcoholismo desde la experiencia personal, es decir, se basan en sí mismos y su experiencia para señalar las características de un alcohólico:

“Nosotros los alcohólicos somos hombres y mujeres que hemos perdido la capacidad para controlar nuestra manera de beber. Sabemos que no hay nadie realmente alcohólico que recupere jamás el control, pero esos intervalos, generalmente breves, les eran inevitablemente seguidos de todavía menos control, que con el tiempo nos llevaba a una

---

<sup>32</sup> Aizpiri, D.; Marcos, F. (1996). *Actualización del tratamiento del alcoholismo*. Barcelona, España. Edit. Masson, p. 6.

<sup>33</sup> El autor dice que aún no está clara la manera en que estos cuatro factores se influyen mutuamente para generar el alcoholismo, pero que la mayor parte de los estudiosos del asunto están de acuerdo con que las respuestas se encuentran en la interacción entre la biología, la psicología, la sociedad y el espíritu. Wallace, J. (1990). *El alcoholismo como enfermedad*. México. Edit. Trillas, p. 20.

lastimosa e inexplicable desmoralización. Unánimemente estamos convencidos de que los alcohólicos de nuestro tipo padecemos de una enfermedad progresiva. Después de cierto tiempo empeoramos, nunca mejoramos”<sup>34</sup>.

En los textos de A.A. habla quien ha padecido la enfermedad. Habla el alcohólico a quien tratan de definir los estudios:

“Somos como individuos que han perdido las piernas; a éstos nunca les salen otras. Tampoco parece haber ninguna clase de tratamiento que haga que los alcohólicos como nosotros seamos como la demás gente. Hemos probado todos los remedios inimaginables. En algunos casos ha habido una recuperación pasajera, seguida siempre por una recaída más grave. Los médicos que están familiarizados con el alcoholismo están de acuerdo en que no hay tal cosa como convertir a un alcohólico en un bebedor normal. Puede ser que la ciencia lo logre algún día, pero todavía no lo ha hecho”<sup>35</sup>.

El mensaje está claro, a pesar de la numerosa cantidad de estudios científicos que intentan comprender y dar respuesta al alcoholismo, se topan con el fenómeno de la recaída. Cuando todo parece marchar mejor, el abstemio vuelve a beber.

Cabe apuntar que éstas características enunciadas sobre el alcoholismo y sus causas, los factores que intervienen en el establecimiento de la adicción y las constantes recaídas son idénticas con el resto de las adicciones, diferenciadas sólo por las reacciones fisiológicas al suministrarse la sustancia al cuerpo y la connotación social que se le da a cada adicción. Esto se hará más evidente al abordar el siguiente tema del consumo de sustancias psicoactivas, mejor conocida como drogadicción.

---

<sup>34</sup> Alcoholics Anonymous World Services. ([1939] 2006). *Alcohólicos Anónimos*. México, p.28

<sup>35</sup> *Idem*.

### 1.3. Historia de las sustancias psicoactivas más consumidas.

Las sustancias psicoactivas, mejor conocidas como drogas, desde el tabaco mismo hasta las hoy populares drogas sintéticas como “*el éxtasis*”<sup>36</sup> y “*el ice*” se encuentran entre las más consumidos en nuestro país.

Al rastrear los inicios de su consumo, la historia nos retorna a la época prehispánica de México. En nuestra búsqueda, encontramos al tabaco como la primera planta fumada con el propósito de alterar la conducta, pero siempre con propósitos rituales:

“Debe recordarse que en todas las culturas prehispánicas de Mesoamérica, el tabaco tuvo una función ritual de extraordinaria importancia, siendo ofrenda común a un buen número de dioses, y era presencia obligada en las bolsas que portaban los sacerdotes”<sup>37</sup>.

Los informes sobre los efectos del tabaco en la conducta fueron registrados en las narraciones que los conquistadores hicieron de las nuevas tierras, como el médico sevillano Nicolás Monardes, autor de la *Historia Medicinal de las cosas que se traen de nuestras Indias Occidentales que sirven en medicina*<sup>38</sup>, reconoce las propiedades medicinales y habla sobre las alucinaciones que los nativos americanos experimentaban al inhalar los vapores que emanaban de la planta al ser quemada. Las visiones como imaginaciones y/o fantasmas que podían ver los nativos, eran atribuidas al demonio por los conquistadores; pero también señala que su uso estaba lejos de representarles un placer, al parecer resultaba un deber para el sacerdote adentrarse en esa dimensión donde la normalidad era otra. Sólo unos pocos consumían la planta con estos fines y en ocasiones especiales<sup>39</sup>.

---

<sup>36</sup> En México conocida como tacha

<sup>37</sup> Viesca, C. (1977). *Los psicotrópicos y la medicina de los gobernantes entre los aztecas*. México. Edit. IMEPLAM, p. 121.

<sup>38</sup> Monardes, N. (1574) *Historia medicinal de las cosas que se traen de nuestras Indias Occidentales que sirven al uso de la medicina*. Sevilla. Citado en Tapia, R., *Ibidem*, p.6. Esta es una obra acerca de las plantas medicinales del Nuevo Mundo.

En cuanto al uso del tabaco como planta medicinal ésta fue bien difundida y, tras la conquista los españoles se percataron de los beneficios de ésta ante los efectos de la fatiga en personas expuestas a trabajos corporales excesivos regularmente presentada en la población indígena y los esclavos negros. Tras haber masticado la planta, el vigor retornaba a sus cuerpos, entonces el tabaco se consumió con un nuevo objetivo: prolongar la resistencia ante el trabajo arduo y reducir el tiempo invertido para que el cuerpo recobrara sus fuerzas. Debido a la demanda, pronto se establecieron intereses monetarios y/o de explotación que perduran hasta nuestros días.

Velasco ubica al tabaco y su nicotina como el estimulante más usado en la actualidad. Señala que a un 25% de la población mexicana mayores de 12 años son fumadores recurrentes que pueden desarrollar una dependencia psicológica y física muy intensa:

“Dado que todo el organismo, no sólo el sistema nervioso central, se adapta a la presencia de la nicotina, dejar de fumar puede precipitar, en algunos casos, un estado depresivo, ansiedad, dificultades para la concentración mental y trastornos del sueño (principalmente insomnio). El reinicio del consumo produce la reversión de estos síntomas y una sensación de relajación, por lo que muchos fumadores reinciden en su adicción”<sup>40</sup>

Se puede observar como persiste el consumo del tabaco con el fin de modificar estados físicos e incluso emocionales de la persona que le permitan llevar a cabo sus actividades, o bien, el incorporarse a su trabajo. Además es importante señalar que tal adicción se encuentra respaldada por una aceptación social, el cigarro es asociado a valores sociales que garantizan su inserción y aceptación en un grupo social determinado. Esta sustancia representa la segunda droga legal más difundida entre la población<sup>41</sup>.

---

<sup>39</sup> Muchos autores han puesto en tela de juicio los efectos alucinógenos del tabaco, argumentando que actualmente existen una gran cantidad de fumadores que cotidianamente consumen esta planta en cigarrillos. Tapia, R., *Ibidem*, p. 7 argumenta al respecto: “No se debe olvidar que existen en América muchas variedades de tabaco y que es frecuente que las plantas cultivadas pierdan sus propiedades cuando cambian las características del suelo, si son trasladadas a otros climas o se alteran sus propiedades físicas”.

<sup>40</sup> Velasco, F. (1999). *Las adicciones. Manual para maestros y padres*. México. Edit. Trillas, p. 79.

<sup>41</sup> Velasco, F, *Ibidem*, p.p. 34-35.

Otra planta con similares efectos y usos es la hoy popularmente difundida Bangué o Marihuana y contrario a lo que se cree, esta planta no es originaria de América sino de Asia. No se sabe a ciencia cierta si llegó en la Nao de China (que realmente venía de Filipinas), o si fue traída por piratas o tratantes de esclavos. Lo cierto es que su uso se consideraba inofensivo y de uso placentero, lo que permitió difundirse en Europa durante los siglos XVI al XVIII.

Sin embargo, investigaciones etnográficas señalan que desde la época de los antiguos mexicanos ya existían plantas del mismo género a lo largo de toda la costa del Golfo de México que producían efectos semejantes a los que produce la intoxicación de la marihuana, como sueños, alucinaciones, estados de alegría y tristeza. Desde esa época, el padre Antonio Alzate ya advertía sobre la adicción inherente al consumo de la planta<sup>42</sup>.

Para el siglo XVI, Estados Unidos comenzaba a cultivar la planta con el fin de utilizar sus fibras, pero nunca se dejó de lado la posibilidad de fumarla. Así, el consumo de esta planta se inició limitándose a los cuarteles y a ciertos pequeños grupos de adictos que la consumían junto con otras drogas, formándose así un pequeño grupo de consumidores caracterizados por encontrarse cerca de las áreas de producción<sup>43</sup>.

Fue a mediados del siglo XX que su consumo se convirtió en un hábito expandido entre la juventud estudiantil y los medios artísticos, impulsado por el afán de protesta contra una sociedad restrictiva que involucró, necesariamente, el tema de la igualdad entre hombres y mujeres. Es de obviarse que se experimentara un alto nivel en el consumo de esta planta abriendo la posibilidad de comerciar con ella en gran escala con un afán de lucro, apartando la vista y cerrando los oídos a las advertencias hechas desde un siglo atrás por el padre Antonio Alzate<sup>44</sup>.

La incesante necesidad de experimentar del ser humano dio lugar a la separación de sustancias con propiedades adictivas como la morfina y la heroína, derivadas del opio y/o la

---

<sup>42</sup> Tapia, R. (2001), *op. cit.*, p. 9

<sup>43</sup> *Idem.*

<sup>44</sup> *Ibidem*, p. 10.

cocaína, extraída de las hojas de coca. Ambas usadas en su inicio con fines terapéuticos. La administración de morfina se utilizó para disminuir el dolor llegando a la conclusión de que tenía excelentes propiedades analgésicas y narcóticas. En Europa, las guerras y la necesidad de atención de los heridos favoreció la difusión del empleo analgésico de la morfina en el siglo XVIII. En México, desde 1876, se registra su aplicación en la terapéutica con exitosos resultados; pero en 1930 el Hospital de Toxicómanos registra un alto número de internos con adicción a la morfina, poniendo en tela de juicio las publicaciones de la primera década del siglo XX que señalaba la facilidad con que se podía abandonar a voluntad el hábito del consumo de esta sustancia.<sup>45</sup>

La cocaína fue aislada por primera vez en Alemania en 1857, descubriéndose que poseía propiedades como anestésico local que se aprovechó en oftalmología<sup>46</sup>. Así, fue prescrita para problemas de la garganta entre los cantantes, ya que resultaba un excelente tensor de las cuerdas vocales, e incluso se recetó como tratamiento para las adicciones al alcohol, opio y morfina:

“A este respecto, el doctor Palmer, en el Louisville Medical News, comunicó en 1880 el curioso caso de una mujer opiómana de 72 años de edad que descubrió que la solución de su problema no era realmente la desintoxicación, sino la alternancia de opio y cocaína en dosis moderadas”.<sup>47</sup>

Evidentemente, ésa no era la solución al problema. Tales acciones pudieron deberse a que no se percataron inmediatamente de su poder adictivo y el daño físico y psicológico que podían producir. De ahí que varios científicos, entre ellos médicos, fueran presa de la adicción a esta droga al hacer uso de su acción analgésica local.<sup>48</sup>

Señala Tapia<sup>49</sup>, que el consumo de cocaína en nuestro país ha seguido los patrones de consumo de Estados Unidos, pero sin llegar a las cifras “alarmantes” del vecino país.

---

<sup>45</sup> Tapia, R., *Ibidem*, p. 12.

<sup>46</sup> Velasco, F. (1999). *Las adicciones. Manual para maestros y padres*. México. Edit. Trillas, p. 77.

<sup>47</sup> Tapia, R., (2001) *op. cit.*, p. 13.

<sup>48</sup> *Idem*.

<sup>49</sup> *Ibidem*, p. 14.



Dice que los adictos a esta sustancia se generaron a través de inyecciones anestésicas locales, ingestión de vinos tonificantes que contenían extracto de hojas de coca e incluso, de un grupo reducido de adictos que llegó a serlo a raíz de tomar *COCA-COLA*, refresco que hasta 1902 incluyó extractos de coca en su fórmula.

En síntesis, vemos que en todos los casos el factor que propició la adicción fue la falta de control y/o información de las reacciones que generaban en el organismo. Tampoco se pueden excluir intereses económicos que propiciaban la producción y distribución de la sustancia. Por ello se presentó un abuso en el consumo por los efectos “positivos” e inmediatos registrados en el cuerpo.

La revisión de la historia y evolución de las primeras drogas que se consumieron en México nos permite observar una característica en común: todas son drogas vegetales por ser de origen natural; pero durante la primera mitad del siglo XIX se difundió el uso de las drogas sintéticas clásicas, como la LSD, la metadona, la petidina, las anfetaminas y los depresores<sup>50</sup>.

Estos nuevos fármacos que pueden tener un uso médico, se conocen como “drogas de diseño” porque son diseñadas en laboratorios químicos clandestinos que carecen de control en la elaboración de éstas sustancias, resultando en productos muy potentes que ya han cobrado la vida de muchos jóvenes debido al exceso en una sola toma, dando lugar a las sobredosis provocando paros respiratorios<sup>51</sup>. Entre estas drogas se encuentran el éxtasis, que es un “híbrido” de la anfetamina, sustancia análoga a la cocaína, y el “ice”<sup>52</sup>.

---

<sup>50</sup> Velasco, F. (1999), *op. cit.*, p. 88.

<sup>51</sup> Velasco, F. (1999), *op. cit.*, p.p. 87-88.

<sup>52</sup> Si bien, hasta 1980 el consumo de estas drogas se limitaban prácticamente a Estados Unidos, pronto empezó a extenderse su consumo a Europa y Asia. En nuestro país, en 1999 estas drogas no representaban un problema serio, a pesar de que había aumentado su consumo en los últimos años. Sin embargo, es evidente que ahora en el 2006 se ha desencadenado una nueva etapa en la historia de las adicciones donde es urgente la participación efectiva de los profesionales de la salud. *Ibidem*, p. 89.

#### **1.4. Problemática del consumo de sustancias psicoactivas.**

Hablar de drogadicción es hablar de un tema muy importante en el México actual. Diariamente las drogas ganan terreno en los hogares de cada familia. El estereotipo de la persona adicta a las drogas se centraba en un ser descuidado, con pocos o nulos grados académicos proveniente de familias disfuncionales; o bien aquella persona que sobrevive en las calles. Se pensaba que un adicto a las drogas estaba lejos de ser alguien que tuviera alguna relación directa como un amigo, un conocido, mucho menos un familiar. A la fecha, es posible afirmar que el lector conoce a alguien que hace uso de drogas; es muy probable que éstas sustancias incluso hayan atravesado las puertas del hogar.

La estadísticas son alarmantes. En 1988, el Sector Salud realizó la Encuesta Nacional de Adicciones (ENA), que investigó el uso de narcóticos, sedantes, estimulantes, alucinógenos y marihuana<sup>53</sup>.

Según los resultados obtenidos en la ENA, el 4.8 por ciento de esta población ha consumido una o más veces las drogas investigadas, cuando menos una vez en su vida. La marihuana es la droga con mayor índice de consumo, seguido por el de tranquilizantes e inhalables<sup>54</sup>.

Por otro lado, en 1989, la Dirección General de Educación Extraescolar de la SEP, en coordinación con el Instituto Nacional de Psiquiatría, realizó una encuesta para determinar el índice de prevalencia del consumo de droga en la población estudiantil de educación media y media superior del D.F. y área conurbada –Naucalpan y Nezahualcóyotl-, de la que se obtuvieron los siguientes resultados:

- El 12.3% de la población encuestada había consumido droga, el 10.4% son usuarios leves, el 1.3% moderados y sólo el 0.5% son constantes.

---

<sup>53</sup> La encuesta se circunscribió a los individuos, entre los 12 y 65 años de edad residentes en 15000 viviendas urbanas. Poder Ejecutivo Federal. (1992). *El control de drogas en México. Programa Nacional 1989-1994. Evaluación y seguimiento*. México. Edit. Impreti, p. 7.

<sup>54</sup> *Ibidem*, p. 8.

- Las cinco drogas de mayor consumo entre la población encuestada, son: los inhalables (4.75%), la mariguana (4.08%), las anfetaminas (3.58%), los tranquilizantes (2.47%) y la cocaína (1.61%).
- Finalmente de las ocho drogas comprendidas en la encuesta, sólo la cocaína tuvo un incremento significativo, casi se duplicó (0.71%), respecto de la encuesta anterior (1986).

Si bien es cierto que el uso de drogas afecta a todos los sectores de la población, estas estadísticas señalan a la población estudiantil, y por tanto a los jóvenes, como un grupo de mayor riesgo en contraste con los residentes de viviendas urbanas. Otras encuestas señalan también a los menores que viven en las calles de las grandes ciudades del país como otro grupo de mayor riesgo en relación con los inhalables y la mariguana<sup>55</sup>.

La pregunta obligada ante las estadísticas es: ¿porqué las personas utilizan las drogas?. Lorenzo señala que al igual que el alcoholismo, no es posible señalar una sola causa por las características individuales de cada caso y de cada droga:

“Los factores de consumo varían enormemente, en función del individuo, el tipo de droga y del contexto social. Así diferentes personas pueden utilizar distintas drogas por el mismo motivo, o la misma droga por diferentes motivos, y una misma persona puede alterar diversos motivos para consumir una droga determinada”<sup>56</sup>

El autor da algunas conclusiones acerca de los motivadores para el uso de la droga. Por un lado, ubica al espíritu de curiosidad inherente a la condición humana, a la búsqueda continua de sensaciones placenteras, a la condición gregaria y a las influencias que ejercen los otros como motivadores para el consumo de éstas sustancias. Por otro, ubica al consumo

---

<sup>55</sup> *Ibidem*, p. 9.

<sup>56</sup> Lorenzo, P.; Ladero, J.; Leza, J. Lizasoain, I. (2003). *Drogodependencias. Farmacología. Patología. Psicología. Legislación*. Madrid, España. Edit. Panamericana, p. 28.

que se realiza como estímulo para llevar a cabo tareas difícil o con objeto de huir de una realidad no gratificante<sup>57</sup>.

Velasco coincide con estas conclusiones, y de manera más extensa y a la vez concreta, presenta un listado donde señala las razones por lo que las personas jóvenes consumen drogas:

- Porque *quieren experimentar*, sienten curiosidad. Esta curiosidad, dice, se debe a que muchos jóvenes buscan nuevas emociones y están ávidos de probar *lo que se siente* con las drogas.
- Debido a la *presión del grupo*, ya que los individuos desean ser aceptados, lo cual les da confianza en sí mismos y les hace sentirse parte de la comunidad.
- Por el *placer que la droga produce*, pues muchos jóvenes dicen que la razón por la que consumen sustancias psicoactivas estriba básicamente en la búsqueda de sus efectos, los cuales les resultan placenteros y agradables.
- Debido a *otros efectos* que ciertas drogas en particular producen en algunas personas, como el sentirse desinhibido, más alegre, simpático o inteligente, lo que puede ser un motivo para consumir una sustancia cuyos efectos ya han sido experimentados.
- Porque, aunque no produzcan euforia u otros efectos placenteros *eliminan el sufrimiento moral o físico*. Es el caso, por ejemplo, del joven deprimido que cambia la tristeza y el negativismo por la alegría y el interés en su medio al consumir cocaína u otro estimulante del Sistema Nervioso Central.
- Como un *escape a las situaciones problemáticas* que producen angustia y sufrimiento moral. Ya que, bajo el efecto de la droga desaparece, por ejemplo, el temor al fracaso o al enfrentamiento con los problemas de la vida.
- Por *oposición y rebelión* ante los adultos en general o ante los símbolos de autoridad en particular (los padres, los maestros, la ley, etc.).
- Otra causa es debido a la creencia de que la droga *aumenta su capacidad para el trabajo, el estudio o la actividad creativa*.<sup>58</sup>

---

<sup>57</sup> *Idem.*

- Y, por último, el consumo debido a la *búsqueda de experiencias místicas*, sobre todo con el consumo de alucinógenos<sup>59</sup>.

A primera vista parece ser que hay causas más graves que otras, tal vez esto sea así, pues hay una gran distancia entre fumar marihuana con el único objetivo de experimentar “que se siente” a fumar el mismo cigarrillo con el expreso deseo de hacer un lado un sentimiento desagradable que no se desea enfrentar., pero sin importar lo que motive el consumo, las consecuencias de las sustancias psicoactivas siempre estarán presentes, así como la posibilidad de involucrarse en un círculo sin fin que comienza por dañar a quien lo consume y, a la par, a quienes lo rodean. El desarrollo de una adicción está latente desde la primera dosis, y con cada toma la posibilidad de retornar parece cada vez más distante, pues es difícil identificar cuándo se ha rebasado la frontera de solo un constante consumo de “x” sustancia para convertirse en un consumo motivado ya por una dependencia física o psicológica.

Actualmente, en el intento por abordar y dar solución a la problemática, se cuentan con dos sistemas, casi paralelos para diagnosticar la drogodependencia. En Europa son más aceptados los de la OMS (CIE-10, 1992) y en Norteamérica, los de la APA (DSM-IV, 1994). El sistema Cie-10 define el síndrome de dependencia como un trastorno que presenta aspectos como manifestaciones fisiológicas, comportamentales y cognitivas particulares, prioridad en el consumo de la sustancia, la presencia de un deseo fuerte o insuperable de administración y recaídas que después de un período de abstinencia llevan a instaurar más rápidamente este síndrome que en los no dependientes. Y señala: “si durante algún momento en los doce meses previos o de un modo continuo han estado presentes tres o más de los rasgos siguientes” la drogodependencia se diagnostica:

---

<sup>58</sup> Este punto que señala el autor nos parece importante, pues dice que es necesario combatir el **mito** de que bajo la intoxicación con la marihuana o con los alucinógenos se toca mejor un instrumento o se produce mejor música., ya que algunos estudios bien realizados demuestran que no es así, pese a que el consumidor *crea*, plenamente convencido, en la excelencia de su ejecución o de su creación artística bajo los efectos de la droga. Velasco, F. (1999), *op. cit.*, p.p. 113-114.

<sup>59</sup> *Idem.*

- Deseo o compulsión de consumir la sustancia.
- Disminución de la capacidad de control del consumo: para comenzar o para terminarlo.
- Síntomas del síndrome de abstinencia específico cuando se reduzca o cese el consumo.
- Tolerancia.
- Abandono progresivo de otras fuentes de placer o diversiones.
- Persistencia en el consumo a pesar de sus evidentes consecuencias perjudiciales.

Por su parte el sistema DSM-IV describe a la dependencia de sustancias psicoactivas como “un patrón desadaptativo de consumo que conlleva un deterioro o malestar clínicamente significativo, expresado por tres o más de los síntomas siguientes en algún momento de un período continuado de 12 meses”:

- Tolerancia, definida como una necesidad de cantidades marcadamente crecientes de la sustancia para conseguir la intoxicación o el efecto deseado, o bien, el efecto de las mismas cantidades de la sustancia disminuye claramente con su consumo continuado.
- Abstinencia, definida por el síndrome de abstinencia característico para la sustancia, o bien cuando se administra la misma sustancia (o una muy parecida) para aliviar o evitar los síntomas de abstinencia.
- La sustancia es administrada con frecuencia en cantidades mayores o durante un período más largo de lo que inicialmente se pretendía.
- Existe un deseo persistente o esfuerzos infructuosos de controlar o interrumpir el consumo de la sustancia.
- Se emplea mucho tiempo en actividades relacionadas con la obtención de la sustancia, en el consumo de la misma o en la recuperación de sus efectos.
- Reducción de importantes actividades sociales, laborales o recreativas debido al consumo de la sustancia.
- Se continúa administrando la sustancia a pesar de tener conciencia de problemas psicológicos o físicos persistentes, que parecen causados o exacerbados por el consumo de la sustancia<sup>60</sup>.

Así, según la APA (DMS-IV):

“...la característica esencial de la dependencia de sustancias consiste en un grupo de síntomas cognoscitivos, conductuales y fisiológicos que indican que el individuo continúa consumiendo la sustancia a pesar de la aparición de problemas significativos relacionados con ella” y añade que “existe un patrón de repetida autoadministración que a menudo lleva a la tolerancia, a una clínica de abstinencia y a una ingestión compulsiva de la sustancia”.<sup>61</sup>

En este sentido la dependencia no es absoluta, sino un elemento cuantitativo de distinta magnitud y en el extremo del espectro, la dependencia se asocia a “consumo compulsivo”.

Al hacer un contraste de ambos parámetros de diagnóstico, se observa que la Cie-10 y la APA confluyen en una misma característica para señalar una dependencia adictiva: la pérdida total de libertad pues la persona se encuentra supeditada, controlada y, en definitiva, esclavizada por la droga. En otras palabras, *“la droga se convierte en un objeto autoritario que absorbe la personalidad del sujeto”*<sup>62</sup>. Tal vez este sea el mejor parámetro para identificar, e identificarse así mismo, como un adicto a una sustancia psicoactiva o incluso la comida.

## **1.5. Historia de los trastornos alimenticios y problemática.**

¿Porqué considerar a la comida como una droga responsable de trastornos alimenticios como la anorexia, la bulimia y el comer compulsivo? Las siguientes líneas están encaminadas a responder esta interrogante, y, para ello, es necesario historiar.

---

<sup>60</sup> Lorenzo, P. (2003), *op. cit.*, p. 8-9.

<sup>61</sup> Lorenzo, P. (2003), *op. cit.*, p. 8.

<sup>62</sup> *Ibidem*, p. 9.

A diferencia del alcoholismo y la drogodependencia, la historia sobre la investigación y/o tratamientos con sus respectivos programas de rehabilitación sobre el tema de trastornos alimenticios es muy joven. Josep Toro, en el prólogo del libro *Anorexia y bulimia: trastornos alimenticios* señala que hace no más de diez años<sup>63</sup> sólo en ciertos lugares de “superespecialización” se podía escuchar hablar de anorexia nerviosa<sup>64</sup>.

Tal vez por razones como ésta, es que sólo recientemente surgen datos sobre su frecuencia que oscila entre el 1 por 800 y el 1 por 100 en mujeres, con edad de comienzo entre los doce a dieciocho años. Además comienza a manejarse índices de mortalidad que se sitúan entre el 5 y el 18 muertes por cada 100 personas (principalmente mujeres)<sup>65</sup>, que presentan algún trastorno alimenticio severo<sup>66</sup>.

Otras estadísticas señalan que éstos trastornos aparecen fundamentalmente en jóvenes adolescentes, entre 12 a 25 años, siendo poco frecuente o excepcional el comienzo por encima de los 25 años. Cada 100,000 habitantes padecerán de trastornos alimenticios cada año registrándose importantes índices de mortalidad: del 5 al 10 por ciento como consecuencia de las alteraciones del propio trastorno<sup>67</sup>.

Estos datos indican sobre un problema que se ha gestado durante largo tiempo, pensar que éstos trastornos surgen de un día a otro resultaría un error. Es posible afirmar que estos trastornos son producto de un proceso que ha crecido y abarcado a sectores de la población como la niñez:

“La morbilidad aumenta: el diario *El País*, de 8 de julio de 1996, refiere en un editorial que los niños entre nueve y trece años empiezan a mostrarse sensibles al proceso

---

<sup>63</sup> Si contemplamos que el libro en cuestión se publicó en 1998 se refiere, entonces a 1988 aproximadamente.

<sup>64</sup> Raich, R. (1998). *Anorexia y bulimia: trastornos alimentarios*. Madrid, España. Edit. Pirámide, p. 9.

<sup>65</sup> La distribución por sexos muestra que aproximadamente entre el 85-95% de los casos son mujeres, generalmente de clase media y de raza blanca. También se han identificado grupos de personas o profesionales más vulnerables a estos trastornos, tales como los gimnastas, modelos, bailarinas o azafatas. Entre los hombres, uno de los factores psicológicos de vulnerabilidad, entre otros, sería la preocupación por la identidad genérica. Chinchilla, M. (1995). *Guía teórico-práctica de los trastornos de conducta alimentaria: anorexia nerviosa y bulimia nerviosa*. España. Edit. Masson, p. 4.

<sup>66</sup> Caparrós, N.; Sanfeliú, I. (1997). *La anorexia. Una locura del cuerpo*. España. Edit. Biblioteca Nueva, p. 13.

<sup>67</sup> Chinchilla, M. (1995), *op. cit.*, p. 3-4. Estos datos se refieren a España.



anoréxico. El comienzo se hace más precoz. Esta mayor incidencia en edades tan tempranas induce a preguntar si la unidad familiar y el entorno social a que pertenece aportan factores nuevos en los últimos años que hacen más proclives a los niños a este tipo de trastorno”.<sup>68</sup>

Ante la búsqueda de las razones por las que se presenta este fenómeno, una hipótesis que explica de forma general el incremento de los trastornos del comportamiento alimentario es el impacto sociocultural, sobre todo en los países desarrollados, ya que la relevancia de todas estas alteraciones es muy escasa en los países deprimidos o en vías de desarrollo.

Al respecto, Saldaña afirma que la presión social por la imagen estética de delgadez, reclamada especialmente para la mujer, está afectando tanto a la aparición cada año de un mayor número de nuevos casos de trastornos alimenticios, como a la mayor preocupación de las personas con sobrepeso para perder peso<sup>69</sup>.

Chinchilla coincide con Saldaña sobre la presión o influencia de la sociedad por la esbeltez corporal, señalando incluso algunos de los medios que generan tal presión:

“Es evidente la existencia de una mayor significación del cuerpo como distingo social y como medio de competitividad, de afirmación y de reconocimiento, en una cultura como la occidental (“sociedad del bienestar”) donde se exagera el “culto al cuerpo”, que sobrevalora la apariencia física, incluida la delgadez; donde se inculca la eficacia y atractivo como modelos funcionales y estéticos. Por otra parte, el continuo y enorme auge de la publicidad sobre normas alimentarias, dietas, ejercicios desmesurados o no reglados, e ideales de perfección manipulada; así como la incompetencia de ciertos profesionales que funcionan a la ligera en los tratamientos dietéticos o hacen una práctica demagógica cuando no claramente mercantilista, fomentan más que cualquier otra cosa la confusión.”<sup>70</sup>

---

<sup>68</sup> Caparrós, N.; Sanfeliú, I. (1997), *op. cit.*, p.p. 13-14.

<sup>69</sup> Saldaña, G. (1994). *Trastornos del comportamiento alimentario*. España. Edit. Fundación Universidad Empresa, p. 14.

Partiendo de la misma hipótesis sobre la presión social, Vandereycken señala, de forma muy concreta y exacta, lo que bien puede representar la parte medular de los factores que propician el desarrollo de los trastornos alimenticios:

“El mensaje que la sociedad actual ofrece, sobre todo a las mujeres y entre ellas a las adolescentes, es que sólo estando delgado se es atractivo y se da imagen de triunfo y competencia.”<sup>71</sup>

Resultado de éste mensaje, muchas mujeres consideran que la culpa de sus infelices relaciones o la ausencia de éstas la tiene el hecho de no estar lo suficientemente delgadas para atraer al hombre que ellas quieren o para conseguir el trabajo adecuado. Tener una buena presencia equivale a tener una buena vida y por tanto ser feliz<sup>72</sup>.

Pero, ¿qué propicia el desarrollo de los trastornos alimenticios?. Chinchilla habla de factores desencadenantes como las separaciones o pérdidas familiares, fracaso de las experiencias emocionales y/o sexuales u otras experiencias que son vividas como un fracaso personal, comentarios peyorativos, desagradables o críticos acerca del cuerpo, dietas estrictas para adelgazar, una creciente actitud de desagrado ante la propia imagen corporal junto al mimetismo sobre la moda del adelgazamiento, e incluso la existencia previa de enfermedades como hepatitis, tuberculosis o patología traumática corporal tras un accidente.<sup>73</sup>

También dice que el ejercicio físico riguroso y en exceso asociado a ciertos profesiones también favorece la presencia clínica de estos cuadros. La presencia de conflictos familiares o anomalías en relación con la ingesta o una exagerada preocupación por la apariencia puede también ser influyentes. Y, por último, los momentos de gran tensión o de “rendir cuentas” pueden ser de gran relevancia en la vida de estos pacientes.<sup>74</sup>

---

<sup>70</sup> Chinchilla, M. (1995), *op.cit.*, p. VII.

<sup>71</sup> Vandereycken, W.; Castro, J.; Vandelinden, J., (1991). *Anorexia y bulimia. La familia en su génesis y tratamiento*. Barcelona, España. Edit. Martínez Roca, p. 12.

<sup>72</sup> Arenson, G. (1991). *Una sustancia llamada comida. Cómo superar la adicción a comer*. España. Edit. Mc Graw-Hill, p. 3.

<sup>73</sup> Chinchilla, M. (1995), *op. cit.*, p. 4.

<sup>74</sup> *Idem*.

Todos estos factores desencadenantes nos hablan de un estado emocional inclinado al rechazo de la propia persona, por lo que diversos autores coinciden en señalar que estos pacientes presentan previo al desarrollo de la enfermedad, problemas de autonomía e independencia y de aceptación de las dificultades de la vida adulta, problemas interpersonales de relación social con introversión, inseguridad, dependencia, ansiedad social, falta de asertividad y dificultades para las relaciones heterosexuales, sensación de ineficiencia, fracaso y falta de control en su vida escolar, laboral o de relación, tendencias perfeccionistas con rasgos obsesivos, rigidez y extremismo en la evaluación de los problemas<sup>75</sup>. Entonces, ante un acontecimiento que no se puede enfrentar, la comida se convierte en el recurso para calmar las emociones perturbadoras:

“La gente con trastornos alimentarios utiliza sustancias o adopta conductas agradables para enmascarar el dolor que hay en sus vidas. Atiborrarse de comida y purgarse es una forma de distraer sus sentimientos reales. La obsesión por la comida, el peso o el ejercicio es una manera de desviar los sentimientos de dolor, enfado, temor y depresión.”<sup>76</sup>

La comida se convierte en una droga que puede desencadenar una adicción que, de no ser tratada a tiempo, conducirá a la muerte. **Es ésta la principal razón por la que se incluye a la comida como una sustancia que puede generar adicción: su uso como evasión de la realidad**, millones de personas eligen a la comida como tranquilizante.<sup>77</sup>

Una segunda razón respalda esta afirmación: las reacciones bioquímicas del cuerpo. Arenson señala que las conductas adictivas resultan de cambios autoinducidos en los neurotransmisores del cerebro:

“Una sustancia química llamada serotonina que se sintetiza en el cerebro, juega un papel importante en los cambios de humor. Estudios realizados comparando la química del cerebro de personas que murieron de causa natural y personas que se suicidaron, muestran

---

<sup>75</sup> Vandereycken, W. (1991), *op. cit.*, p. 13.

<sup>76</sup> Arenson, G. (1991), *op. cit.*, p. 16.

<sup>77</sup> *Ibidem*, p. 26. Las negritas son mías.

que aquellas que se quitaron la vida tenían niveles inferiores de serotonina. La falta de serotonina puede afectar el ánimo, provocando irritabilidad. Un investigador notable es este campo es el Profesor Richard Wurtman que ha demostrado que la serotonina es una de las diversas sustancias químicas del cerebro afectada por los nutrientes. Los niveles de serotonina pueden aumentar cuando una persona consume hidratos de carbono.”<sup>78</sup>

Darse atracones en realidad es un intento de automedicación, es decir, una forma de elevar el nivel de serotonina del cuerpo y, en consecuencia, eliminar parcialmente los estados depresivos<sup>79</sup>. Entonces un adicto a la comida es quien desarrolla una intensa obsesión mental con el alimento: ya sea comer o no comer, engordar o adelgazar, engullir comida o vomitarla, cuánto ejercicio hacer, cuántas calorías comer, cual es la mejor dieta.

Esta preocupación “devastadora” puede interferir de manera dramática con la vida diaria, así como mermar las energías necesarias para la búsqueda de objetivos mucho más enriquecedores, como ocurre con el alcohol o las sustancias psicoactivas. Además, como los adictos a la comida tienen una tolerancia muy elevada debido al consumo de grandes cantidades de alimentos, es posible que experimenten los síntomas del síndrome de abstinencia si no pueden conseguir su “dosis” de comida.<sup>80</sup>

Actualmente se reconocen tres tipos de trastornos alimenticios relacionadas con la adicción a la comida: la anorexia, la bulimia y el comer compulsivo, pero no siempre se conocieron así, a lo largo del tiempo las características de cada trastorno se han refinado en el intento de abordar efectivamente la enfermedad.

El trastorno de la *anorexia nerviosa* era ya conocido en épocas antiguas, así se aprecia en la descripción de la vida de algunas santas donde aparece claramente explicado, aunque por el autor de estas historias, parece un comportamiento respetado y reconocido por la sociedad de la época. Sin embargo, la primera descripción clínica del trastorno data

---

<sup>78</sup> *Ibidem*, p. 18.

<sup>79</sup> Cohen, M. (1995). *Tostadas y mermelada para el desayuno. Hacer las paces con la alimentación emocional*. Madrid, España. Edit. Pirámide, p. 125.

<sup>80</sup> *Ibidem*, p.p. 125-126.

de 1873 a cargo de Laségue quien la llama “consunción nerviosa”, pero fue en 1874 que Gull la califica por primera vez de anorexia nerviosa y publica unos casos clínicos muy bien descritos en los que destaca el carácter “moral” del trastorno así como el tratamiento de que se sirve para cambiar este proceso.<sup>81</sup>

Para finales de los años sesenta, se elaboraron los primeros criterios operativos para el diagnóstico de la anorexia por Feighner, Robins, Guze y cols. (1972). A la fecha, éstos criterios continúan junto con los recogidos en las sucesivas versiones del DSM-III por la American Psychiatric Association (APA) de 1980<sup>82</sup>.

Es muy común asociar la anorexia nerviosa con las pacientes, en su mayoría mujeres, que dejan de comer. Sin embargo es importante señalar que la persona que presenta éste trastorno alimenticio no sufre de falta de apetito, sino que presenta un peculiar control de sí mismo. Es decir, el o ella misma induce su aparente falta de hambre producto de desequilibrios emocionales, por lo que no es una condición meramente biológica<sup>83</sup>.

Éstas personas bajan de peso esencialmente a través de la reducción de la cantidad de alimentos ingeridos. Aunque la restricción calórica se limite en un principio a la exclusión de alimentos considerados hipercalóricos, en la mayoría de los casos acaban por tener una alimentación rígidamente limitada a pocas categorías de alimentos<sup>84</sup>.

En cuanto a la *bulimia nerviosa* debemos situarnos al comienzo del siglo XX. A. J. Stunkard (1993) explica que en 1970 la bulimia era una costumbre extendida en mujeres que residían en prestigiosos *colleges*<sup>85</sup>. Así lo señalan las descripciones de trastornos caracterizados por episodios incontrolados de atracones. Estos pacientes presentaban

---

<sup>81</sup> Raich, R. (1998), *op. cit.*, p. 21.

<sup>82</sup> Saldaña, G. (1994), *op. cit.*, p. 112.

<sup>83</sup> Nardone, G.; Verbitz, T.; Milanese, R.(2002). *Las prisiones de la comida*. España. Edit. Herder, p.18.

<sup>84</sup> *Idem*.

<sup>85</sup> Raich, R. (1998), *op. cit.*, p. 26.

características similares a aquéllos con anorexia nerviosa, pero su peso era normal, por lo que se requirió de un nuevo término para identificar este trastorno<sup>86</sup>.

Probablemente ya existía con anterioridad, pero la confirmación definitiva se debe a Russell (1979) que estableció las bases diagnósticas y la descripción de las características. A partir de este momento aumenta drásticamente el interés en el estudio de este trastorno y en la publicación del DSM-III-R se incluyen los criterios diagnósticos<sup>87</sup>. Distinción que en la siguiente edición del DSM-III-R se modificaron, ya que en la primera no se requería de la conducta purgativa para que un sujeto fuera diagnosticado como bulímico. El término nuevo adoptado por el DSM-III-R y empleado actualmente es el de “bulimia nerviosa”.<sup>88</sup>

Así, la bulimia nerviosa es considerada un trastorno severo de la conducta alimentaria en la cual muchos pacientes, casi siempre mujeres, presentan frecuentes episodios de voracidad, vomitan habitualmente o más raramente, toman laxantes o diuréticos para prevenir el aumento de peso<sup>89</sup>. Un dato sirve de base para el diagnóstico es que los atracones y las conductas compensatorias se producen con un promedio de al menos dos veces a la semana, durante un período de tres meses. Y se observa que los niveles de autoestima están inevitablemente influidos por la forma y el peso corporal<sup>90</sup>.

Los sujetos con bulimia nerviosa se encuentran en general en los límites del peso normal, aunque algunos pueden encontrarse por encima o por debajo de éste. Es típico en estos sujetos reducir la alimentación después de un atracón, preferir los alimentos de bajas calorías y evitar aquellos alimentos que, a juicio de ellos, pueden engordar o desencadenar el atracón. Hay una acrecentada incidencia en los cambios de humor (que en la mayoría de los casos siguen el desarrollo de la bulimia) y de síntomas depresivos (por ejemplo, una reducida autoestima). Hay además una acrecentada frecuencia de trastornos y síntomas de ansiedad (por ejemplo, miedo en las situaciones sociales) que con frecuencia se

---

<sup>86</sup> Fernández, A. (1998). *Trastornos de la alimentación*. Guía básica de tratamiento en la anorexia y bulimia. España: Masson, p.15.

<sup>87</sup> Raich, R. (1998), *op. cit.*, p. 26.

<sup>88</sup> Saldaña, G. (1994), *op. cit.*, p.p. 77-78.

<sup>89</sup> Raich, R. (1998), *op. cit.*, p. 25.

interrumpen después del tratamiento de la bulimia nerviosa. En casi una tercera parte de los individuos se verifica el abuso o la dependencia de sustancias, en particular del alcohol y de los estimulantes. Con frecuencia, el uso de estimulantes comienza con el intento por controlar el apetito y el peso<sup>91</sup>.

Por último, pero no menos grave, *la sobreingesta compulsiva o comer compulsivo* ha tenido hasta el momento poca consideración en la literatura. Es recurrente encontrar extensos apartados dedicados a la bulimia y anorexia nerviosa, pero no al comer compulsivo, tal vez a que se ha considerado como una característica importante de éstos trastornos. Sin embargo, los estudios realizados en 1988 por Fairburn, Garner y Williamson demuestran que la sobreingesta es otro tipo de trastorno del comportamiento alimentario.

Este trastorno se caracteriza por episodios repetitivos de atracones durante un período determinado de tiempo, los cuales son reconocidos por el sujeto como patrones alimentarios anormales y le generan el sentimiento de no poderlos controlar voluntariamente. Generalmente, los comedores compulsivos presentan niveles de sobrepeso moderados o graves, pero se diferencian de los obesos en que no necesariamente emplean procedimientos drásticos para perder peso, no hacen dietas severas, aunque pueden manifestar públicamente que siguen una, ni tienen insatisfacción con su imagen corporal como presentan las pacientes anoréxicas y bulímicas<sup>92</sup>.

Así pues, la sobreingesta compulsiva podría ser definida siguiendo los siguientes criterios. Episodios recurrentes secretos de voracidad (“atracones”), consumen alimentos con alto contenido calórico durante un “atración”; presentan esfuerzos repetidos por seguir una dieta y frecuentes fluctuaciones de peso; reconocen que los hábitos alimentarios son anormales y que están fuera de su control; presentan emociones negativas antes y/o después de un episodio de atración; no presentan métodos extremos para perder peso, por ejemplo, purgarse; y no reportan temor exagerado a ganar peso. Aunque la mayoría de los pacientes con sobreingesta compulsiva tienen sobrepeso, algunos no alcanzan los criterios empleados

---

<sup>90</sup> Nardone, G. (2002), *op. cit.*, p. 23.

<sup>91</sup> Nardone, G. (2002), *op. cit.*, p.p. 23-24.

<sup>92</sup> Saldaña, G. (1994), *op. cit.*, p.p. 54-55.

comúnmente para definir la obesidad, a saber, más del 20% por encima del peso ideal establecido a partir de tablas estandarizadas<sup>93</sup>.

Cualquiera que sea el nombre del trastorno alimenticio es evidente que se ha incrementado su incidencia en los últimos años, hecho que se refleja en las estadísticas. La mayoría de las personas que son afectadas por estos trastornos son mujeres adolescentes, aunque también se registran casos en hombres y adultos<sup>94</sup>.

Una vez que se ha dado un panorama general de las adicciones aquí tratadas y a manera de conclusión es importante señalar que sin importar la etiqueta, los términos trastornos alimenticios, alcoholismo y drogadicción se refieren en general a trastornos psicológicos que comportan graves anormalidades en el comportamiento de la persona; es decir, la base y fundamento de dichos trastornos se halla en la alteración psicológica. Las sustancias psicoactivas, el alcohol y la comida son sólo los medios para evadir el presente y/o estado emocional de la persona que se encuentra perturbada por un acontecimiento externo que no puede o no quiere enfrentar. Los tratamientos son muchos, pero la posibilidad de rehabilitación radica en la propia persona.

## **1.6. Las adicciones y el cuerpo.**

La revisión hecha sobre el discurso oficial de las causas que originan y mantienen problemas de salud como las adicciones permite identificar la raíz de la mayoría de los problemas: una sociedad que carece de herramientas para manejar las situaciones de la vida cotidiana., resultado de un sistema político donde el bienestar del sujeto es o no importante en función de lo redituable que resulte su inversión. Dice Fernández:

“...la sociedad de nuestro tiempo es el resultado de un desarrollo económico basado en la industria que ha promovido la creación de nuevos valores y necesidades, muchas veces

---

<sup>93</sup> *Idem.*

<sup>94</sup> Fernández, A. (1998), *op. cit.*, p. 7.



inalcanzables, que conllevan frustraciones que repercuten en una buena parte de la población”<sup>95</sup>.

Estas necesidades están inscritas en diferentes ámbitos de la vida de la persona: el físico, el emocional e incluso el espiritual. La creación de necesidades moldeadas por el sistema económico impone a la persona un ideal a alcanzar que muchas veces es imposible de materializar, situación que puede generar sentimientos de fracaso que reditúan en un desequilibrio emocional muchas veces identificada como baja autoestima.

Para el control de las emociones, el psicólogo es uno de los profesionistas de la salud más socorridos, y frecuentemente se acude a él cuando éstas emociones comienzan a generar estragos en la vida de la persona, o bien, de los que se encuentran a su alrededor, esto porque no se considera importante mostrarle al niño, desde una edad temprana, el manejo de sus emociones, pues el sistema económico no contempla como parte importante el cuerpo emocional del infante. Ya será cuando crezca, ya será cuando sus emociones le impidan ser productivo.

La acumulación de sentimientos alejados del ideal de felicidad planteado abren la posibilidad a la práctica de actividades que funjan como “escalón de descanso” en el proceso de la vida, pero muchas de ellas puede llevar a un camino sin retorno: la muerte. Muchas adicciones comienzan así, se gestan en la necesidad de sentirse mejor por momentos, aunque al despertar el problema siga ahí esperando a ser resuelto. En éstas circunstancias, el camino a la felicidad se pierde y se maltrata al cuerpo para satisfacer los apetitos de los sentidos excitados:

“En efecto, actualmente, muchas personas prestan mayor atención y cuidados a sus coches que a sus cuerpos, vigilan más su manera de gastar su dinero que su energía, y dedican más tiempo y atención a la televisión que a sus mentes. Contaminan sus fluidos corporales esenciales con alimentos desnaturalizados, **fármacos y drogas sintéticas**, merman su

---

<sup>95</sup> En López, R. (2002). *Lo corporal y lo psicosomático. Reflexiones y aproximaciones II*. México. Edit. Zendová, p. 294.

energía con estrés crónico y perturbaciones emocionales, y agotan su espíritu con las miradas de distracciones y deseos de la vida mundana. Cuando la esencia está contaminada y la energía desequilibrada, el espíritu se apaga y debilita.”<sup>96</sup>

El consumo de drogas como el alcohol y el tabaco es, tal vez, la ruta de escape más experimentada por los jóvenes, y tras ellas las drogas ilegales, para distraer las emociones negativas, afirmación que se respalda al revisar las estadísticas al respecto. Menciona Fernández:

“Un análisis estadístico realizado por los Centros de Integración Juvenil durante el año 2000 muestra que el rango de edad de inicio del consumo con mayor porcentaje es el que va de los 10 a los 14 años, ya que presenta el 44 % del total de la población que por primera vez es atendida en esta institución (durante ese año 15,311). El rango de 15 a 19 años corresponde al 42.5, es decir, ocupa el segundo lugar.”<sup>97</sup>

Nótese que las estadísticas no plantean diferencias en las clases sociales, evidenciando que las drogas han invadido poco a poco, pero consistentemente, a todos los sectores de la población al tiempo que han rebasado las soluciones planteadas por los profesionales de la salud.

Actualmente muchos de los programas tienen una baja tasa de éxitos donde el principal fantasma a vencer son “las recaídas”, es decir, la reincidencia en el consumo de la sustancia que se intentaba abandonar. Las conclusiones se inscriben en la necesidad de modificar el entorno del paciente para apartar los estímulos que abren la posibilidad a la reincidencia, tarea nada fácil en una sociedad donde persisten los ideales de éxito asociadas al consumo de drogas legales, como el alcohol y el tabaco, donde siguen las exigencias sociales apegados a un ideal impuesto que no se enseña a distinguir, donde los intereses económicos están por encima de los intereses de salud de la población.

---

<sup>96</sup> Reid, D. (1994). *Los tres tesoros de la salud*. España. Edit. Urano, p. 18.

<sup>97</sup> En López, R. (2002), *op. cit.*, p. 294.

Las conclusiones no abren muchas posibilidades de éxito para quien se enfrenta al dilema, pero el problema tal vez radica en la visión con la que se pretende tomar acciones, es decir, en la relación causal uno a uno. Las respuestas se buscan al externo e interno de la persona, pero como dos áreas separadas. Es cierto que las adicciones se consideran un problema social multicausal que requiere de un trabajo multidisciplinario, síntoma del reconocimiento de los diferentes elementos que intervienen en la construcción de la persona, sin embargo se le sigue viendo y tratando como un ser fragmentado. La expresión máxima de ésta afirmación son las especialidades que se remiten a un órgano en específico, olvidando, más por ignorancia que por intención, la función de “X” órgano en la relación de cooperatividad al interior del cuerpo vivo. La utilización de un cuerpo muerto para comprender al cuerpo vivo es un indicio de la poca importancia que se le da a la energía que fluye en el órgano y que marca el tipo de relación con los demás, e incluso con el entorno inmediato del paciente. En occidente, la atención se centró en aquello que podía palpase, medirse y estudiarse con los sentidos:

“La práctica de la medicina occidental de estudiar de usar la fisiología humana basándose en la localización de los diversos órganos, tal y como se revela en los cadáveres diseccionados, no tiene ningún sentido para los médicos chinos, ya que los cadáveres carecen de energía viva y sus órganos no funcionan. ¿Cómo puede un cuerpo muerto revelar algo importante sobre la dinámica de la energía viva?...”<sup>98</sup>

Esta visión, señala López, es herencia del siglo XIX mexicano cuando la ciencia ocupó el lugar de la religión como dictaminador de la verdad dando cabida al positivismo que se crea como un estilo de vivir y de sentir en la población. Todo debía ser medible, cuantificable y apegado a un método científico capaz de separar lo verdadero de lo no verdadero, pero todo ello con una repercusión en la vida de las personas:

“En la historia del poder médico instituido observamos la constante tendencia a la fragmentación corporal, que les da a los usuarios una lectura que **los aleja de la apropiación de su sentir**. La parte emocional y corporal como elemento integral de la existencia, **la distancia del cuerpo se convierte en una búsqueda que no contacta con**

**lo que se vive en el cuerpo**, la fragmentación es una realidad cotidiana que el pensamiento racional intenta explicar; dividir, no sólo tiene fines de estudio también implica un proceso de **desarticulación con la realidad de los individuos**, tanto en lo público como en lo privado, se crean consensos, hegemonía y una mirada que permite lecturas mono causales....”<sup>99</sup>

El autor alude constantemente a la separación del cuerpo con las emociones, apunta como la visión planteada desde las esferas del poder tiene una repercusión directa en la forma de vivir de las personas. La consecuencia de una visión fragmentada del estudio del cuerpo es un estilo fragmentado de vivir del sujeto con el sujeto mismo; por un lado se encuentra la información otorgada por las emociones y otra por el cuerpo que, sin posibilidades de coexistir, comienzan la dominancia de uno sobre el otro que termina por la destrucción de alguno de ellos. El cuerpo se convierte entonces en el depositario de los deseos no cumplidos que se mantiene alejado, pues si se pretende alejarse de los “fantasmas del ayer” ¿a quién le gustaría verlos de frente?, por ello el cuerpo sufre un olvido que no olvida.

Esta disposición a olvidar el cuerpo no es fortuito, proviene de una cultura que incesantemente busca la manera de calmar el dolor. La ausencia de éste supone un bienestar que se traduce en la oportunidad de seguir “funcionando”. Un vistazo a la práctica médica brinda numerosos ejemplos. El dolor es el síntoma de que algo anda mal, y el primer objetivo del médico es recetar calmantes para aminorar el sufrimiento de la persona, que al sentirse aliviada percibe que ha alcanzado la salud que buscaba y continúa su vida cotidiana, perdiéndose de una valiosa oportunidad para descifrar el lenguaje del cuerpo y modificar estilos de vida:

“Según la medicina alópata occidental, los síntomas de enfermedad son reacciones anormales a estímulos normales. “errores” que deben “corregirse” con fármacos y cirugía. Si el enfermo siente dolor, el médico le receta analgésicos. Si hay hinchazón, se recetan medicamentos para reducirla. El médico receta somníferos para el insomnio, estimulantes

---

<sup>98</sup> Reid, D. (1994), *op. cit.*, p. 70.

para la depresión, antibióticos para matar los gérmenes, y recomienda la operación quirúrgica para extirpar los órganos que no responden a los medicamentos. Ninguno de éstos métodos sirve de mucho a la hora de eliminar la causa raíz de los síntomas. Por el contrario, sólo ayudan a aumentar más la toxicidad del enfermo, debilitando su organismo y provocando finalmente síntomas peores y enfermedades más graves.”<sup>100</sup>

Cuando en una pastilla se deposita la salud, se aleja el compromiso de la persona con su cuerpo, pues se pierde de vista que el cuerpo se construye en función de lo que se come, se piensa y se hace. A esto se le aúna una idea de éxito donde sólo se involucra al cuerpo como un elemento indispensable para moverse y adornarse de tal forma que sea aceptable para el medio en el que se desarrolla, de ahí la gran cantidad de productos corporales como jabones, perfumes, maquillajes e incluso cirugías estéticas que buscan cubrir la necesidad de ser aceptado convirtiéndose en el objetivo de muchas vidas.

Las sustancias psicoactivas ayudan a este objetivo, Fernández<sup>101</sup> reporta que son pocos los inicios a la droga en solitario, la mayoría de las veces se lleva a cabo en un círculo de amigos que aplauden la práctica donde las personas construyen un sentido de pertenencia hacia algo. Además, los efectos de algunas drogas actúa en varios sentidos, aumenta la capacidad de resistencia al esfuerzo físico, como en el caso de los atletas, trastorna la percepción e la realidad alejando los sentimientos desagradables llevando a la persona a un Nirvana momentáneo que se asocia con la felicidad; disminuye el estrés y el dolor traduciéndose en un sensación agradable producto del relajamiento del sistema nervioso central.

¿Porqué una persona dejaría de lado tantos beneficios?, tal vez esta sea la principal razón por la que las adicciones avanza en todos los sectores de la población, y sólo cuando él o ella se da cuenta que el sentido de bienestar es pasajero y/o los problemas aumenta, o incluso que ya no resulta tan agradable como antes, entonces algunos piden ayuda.

---

<sup>99</sup> López, R. (2000). *Prensa, cuerpo y salud en el siglo XIX mexicano (1840-1900)*. México. Edit. CEAPAC, p. 18. Las negritas son mías.

<sup>100</sup> Reid, D. (1994), *op. cit.*, p. 107.

## 1.7. Alternativas de tratamiento.

Los enfoques que dan lugar a los tratamientos que abordan la problemática de las adicciones presentan una constante. Todas reconocen la naturaleza multicausal del fenómeno, pero en el planteamiento de la postura se observa la búsqueda de lo que origina el consumo de la sustancia para erradicarlo. Se observa un pensamiento causal de uno a uno que evidentemente no brinda muy buenos resultados. Fernández<sup>102</sup> enuncia las principales aproximaciones que se han hecho a la fecha, entre las que se encuentran:

- a) El punto de vista biológico-genético que incluye factores hereditarios, de manera que estudia la vulnerabilidad de la persona a nivel bioquímico para señalar así una predisposición a desarrollar tal o cual adicción.
- b) La perspectiva psicosocial, que considera y estudia la relación entre el entorno del paciente y la conducta que presenta. En esta visión se incluye a la familia como un factor importante en el inicio, desarrollo, consolidación y mantenimiento de una adicción.
- c) La perspectiva intrapsíquica vista desde el psicoanálisis se traslada a la historia del sujeto: la relación primaria con la madre, el análisis de las necesidades no cubiertas que posteriormente se convierten en fijaciones de la estructura de la personalidad. La droga reemplaza ese menester, “simboliza estos objetos arcaicos”. Consumirla es la sustitución de otras cosas que están ausentes, se asegura que de no ser así, se podría caer en una psicosis.
- d) La perspectiva desde el enfoque cognitivo-conductual se basa en la teoría del aprendizaje social, donde se parte del principio de que el sujeto aprende a usar y abusar de las sustancias, ya sea a través de la imitación, del condicionamiento operante o condicionamiento clásico.

---

<sup>101</sup> En López, R. (2002), *op. cit.*, p. 298.

<sup>102</sup> En López, R. (2002), *op. cit.*, p.p. 297-299.

Es importante señalar que cada una de las posturas no desconoce las otras áreas que influyen en la construcción de una adicción, aunque sólo sea una en la que enfatizan, por lo que no es raro detectar que tratamientos basados en diferentes visiones se conjuguen en un mismo tratamiento. Generalmente el proceso de tratamiento multidisciplinario de adicciones consiste en varias etapas enfocadas a la desintoxicación, deshabituación, rehabilitación y reinserción, siendo esta última etapa la más difícil. Para lograrlo, la mayoría de las instituciones cuenta con distintas áreas que trabajan en común, como en el caso del CAAF (Centro de Atención al Alcohólico y sus Familiares), centro de atención que pertenece al Sector Salud en el Distrito Federal. El CAAF cuenta con servicios de Psiquiatría, Medicina General, Enfermería, Psicología, Psicoterapia (diversas modalidades), Trabajo Social y Desintoxicación, que a su vez están englobados en tres áreas que se describen a continuación:

*Area médico-psiquiátrica:* que abarca los tratamientos médicos y psiquiátricos, desde medicina general –incluso cirugía menor- hasta desintoxicación y administración de fármacos cuando se requiere. Esta área también coordina las demás actividades de atención.

*Área de Psicología:* donde su principal interés es proporcionar una atención psicológica efectiva a los pacientes, sean alcohólicos o familiares. Abarca diversas actividades específicas, entre las que destacan la elaboración de manuales sobre técnicas terapéuticas y el tratamiento psicoterapéutico, que incluye cinco modalidades: psicoterapia de grupo y familiar, terapia de apoyo, entrenamiento asertivo, relajación muscular y desensibilización sistemática.

*Área de Trabajo Social:* que en este centro es apoyada por 10 ó 20 pasantes de Trabajo Social, quienes realizan su servicio social. cada año esta área proporciona asistencia a nivel general (familiar y comunitario), laboral y escolar. Entre las tareas que realiza están el seguimiento y rescate de pacientes mediante visitas domiciliarias, promoción y difusión del servicio y orientación a grupos comunitarios sobre las consecuencias del consumo de

alcohol en el grupo familiar y el entorno social, así como la realización de un censo de la zona de influencia, referente a los hábitos y el consumo del alcohol<sup>103</sup>.

Entre los resultados que este centro reporta están la mejora en la calidad de los servicios pero no presenta resultados de un estudio cualitativo o cuantitativo de los casos tratados, por lo que en este aspecto no hay datos que muestren la efectividad del programa que plantea. La visión psicológica que sigue es el enfoque cognitivo-conductual, por el tipo de técnicas que usan como la desensibilización sistemática, el entrenamiento asertivo, etc., servicio que se encuentra supeditado al área médico-psiquiátrica.

Este es sólo un ejemplo de cómo se aborda el problema de las adicciones en las instituciones oficiales, mismos que atienden a definiciones y categorías producto de los estudios científicos. La existencia de diferentes áreas para tratar al paciente es la muestra del reconocimiento de las diferentes áreas que interactúan y construyen al ser humano, pero la misma práctica y la forma como se encuentra dividido el servicio aluden a la visión fragmentada en que se trata al paciente. Vemos que el cuerpo es el primer objeto de tratamiento con la práctica de la desintoxicación, buen inicio que pierde efectividad cuando sólo se vela por mantener un aparente estado de salud por medio de fármacos aunado al desinterés del paciente por salir adelante, muchos de ellos son llevados por amenaza o condicionados por sus familiares como un intento por detener el sufrimiento que genera la adicción. En los casos en que el paciente presenta interés, gran parte del proceso está dado, entonces las terapias psicológicas funcionan por un tiempo, mantienen sobrio al paciente, pero las recaídas son constantes y muchos ya no regresan. Estas terapias cognitivas-conductuales reconocen la importancia de los pensamientos en la manera de sentir de los pacientes, pero desconoce la relación estrecha que dichos pensamientos tienen con el estado de equilibrio o desequilibrio del cuerpo.

Además, ante el constante fenómeno de la recaída, muchas de estas instituciones oficiales consideran la asistencia a un grupo de Alcohólicos Anónimos para la etapa de

---

<sup>103</sup> Ayala, V. (2001). *Tratamiento de conductas adictivas*. México: UNAM. Facultad de Psicología. CONACYT, p. 93.



mantenimiento y reinserción a la comunidad. Para llegar a esta etapa, se necesita un requisito indispensable: el interés de la persona por mejorar su vida.

La relación entre mente y cuerpo y la propuesta de Alcohólicos Anónimos se abordará con detalle en el siguiente capítulo donde se expone la visión y tratamiento que ofrece Victoria, Salud Integral A. C.

## CAPITULO II.

### VICTORIA SALUD INTEGRAL, A.C: EL PROYECTO.

A lo largo de la información sobre definición, adquisición, estadísticas y tratamiento de las adicciones es posible encontrar una constante: la falta de una visión del sujeto como una unidad que articule y de lectura al proceso personal y único que desencadena una adicción.

Ya lo decía la Gestalt: el todo es más que la suma de las partes, de manera que no basta fragmentar para estudiar y luego unir los resultados para tratar de hacer frente a un problema social como el que nos atañe. Este es el terreno de los proyectos multidisciplinarios o interdisciplinarios, y no basta en cuanto que el problema social ha rebasado las propuestas de solución.<sup>1</sup>

Entonces es necesario buscar nuevos horizontes que permita ver al sujeto desde otro ángulo. Victoria Salud Integral encuentra en la propuesta psicológica del Dr. Sergio López Ramos y en los principios de Alcohólicos Anónimos los ejes teóricos rectores que marcan la naturaleza de las actividades y el perfil del grupo de trabajo.

#### **2.1. Propuesta teórica del Dr. Sergio López Ramos.**

El Dr. Sergio López Ramos propone una mirada diferente a las conocidas en el terreno psicológico para reflexionar y dar sugerencias de solución a los problemas sociales de nuestros días. Actualmente, él es profesor de psicología en la FES-Iztacala de la UNAM y director del Centro de Estudios y Atención Psicológica, A.C. fundado en 1986. Numerosas obras llevan su nombre como autor o coordinador de la obra.<sup>2</sup> López Ramos es

---

<sup>1</sup> López, R. (2006). *Órganos, emociones y vida cotidiana*. México. Edit. Los Reyes, p. 64.

<sup>2</sup> Entre sus obras están *Once Voces*, 1982, editado por la UNAM; *La Desdicha Sea Dicha*, 1994, editado por CEAPAC; de psicología: *Psicología y acupuntura, una búsqueda de alternativas a las alteraciones psicológicas*, 1989, editado por la UNAM; *Entre la fantasía, la historia y la psicología*, 1993, editado por CEAPAC; *Los niños del CEAPAC*, 1996, con Plaza y Valdés, *Zen, Acupuntura y Psicología*, 1997, *Historia de una psicología: Ezequiel Adeodato Chávez Lavista*, 1997, con Plaza y Valdés, entre otros títulos. Fujiwara, E. (1998). *El zen y su desarrollo en México*. México. Edit. Plaza y Valdés, p.p. 138-139.

un representante del Zen en México desde 1983 que inició su práctica y promotor de la vinculación del Zen en Psicología, acupuntura y medicina tradicional, actividad que propaga entre estudiantes de psicología principalmente.<sup>3</sup> Ahondar en sus reflexiones nos permitirá comprender esta propuesta.

La historia, la acupuntura y la práctica del Zazen fueron los recursos del autor para construir una interpretación más allá de la apariencia. El resultado es el estudio o comprensión del sujeto desde una visión integral incompatible con las ciencias que buscan la estandarización, las cuales responden el afán de respaldar leyes universales que representan la posibilidad de unificar formas de ver y tratar al ser humano. Este principio, señala López, es lo que invalida la importancia del entorno, la cultura e incluso de la historia personal. No importa el espacio ni quien viva en él, dando lugar al estudio fragmentado de la naturaleza humana que se materializa en estilos de vida igualmente dispersos.

López opta por considerar al ser humano como un microcosmos que tiene una relación estrecha al interno y externo del cuerpo, otorgando gran peso a la cultura, la geografía y a la condición climatológica de las diferentes zonas territoriales. Estos factores históricos los enlaza estrechamente con el cuerpo humano dando lugar a pacientes únicos e irrepetibles en historia, tiempo y patologías.

¿Cuál sería el objetivo de considerar estas reflexiones? Mirar desde este ángulo persigue la comprensión de cómo se construye el cuerpo humano y el cómo y cuando tienen lugar las enfermedades agudas y degenerativas, físicas y emocionales, que parecen autoaniquilamientos difíciles de detener.

La búsqueda inicia considerando no sólo las emociones del paciente, es necesario descifrar la *memoria corporal* que delimita los estilos de vida y las formas de ser de cada persona. Su construcción es producto de un proceso “*histórico-cultural-nutricional-sentimental-odios-rencores-reclamos a la vida, conjugados con una dosis de estrés*”. Las

---

<sup>3</sup> *Ibidem*, p. 19.

estructuras y deformaciones corporales producto de la memoria corporal, son las evidencias físicas palpables, pero sólo constituyen la punta del iceberg. Detrás se encuentra la construcción de relaciones al interno del cuerpo que produce la ruptura del equilibrio armónico entre órganos conduciendo a un deterioro de la salud física y emocional. A este principio de relación interna de las emociones y los órganos López lo describe como:

“...una danza de equilibrio energético que bien puede ser cambiada por una emoción o por un sentimiento que crea formas de comunicación en el interior y no deja que se abran nuevas posibilidades humanizadas, pero sí procesos dañinos para la vida. El culto a los procesos destructivos son parte de este proceso donde la vida no se respeta.”<sup>4</sup>

Mirar al cuerpo como un microcosmos, permite reconocer que los procesos dañinos creados al interno del cuerpo tienen una clara relación con los procesos dañinos al externo, de manera que la competencia como estilo de vida generalizada entre los ciudadanos, se convierte en una forma de convivencia entre órganos; es decir, algún órgano comienza a dominar y a hacer trabajar más a los demás. Esta relación, sobra decir, termina con la destrucción al interno y externo de las personas, acompañado de un vacío que no han podido resolver las terapias que se aplican en los consultorios en el presente. Las estadísticas dan cuenta de ello, constituyendo una buena razón, dice López, para reflexionar sobre las consecuencias que ha tenido la visión fragmentada en la psicología actual.

Las formas de mirar y tratar el cuerpo traspasan los muros de las instituciones y consultorios que enarbolan la ciencia fragmentada de la que hablamos, y llega a los hogares para encarnarse como estilos de vida. El proceso salud-enfermedad-cura es un buen ejemplo.

En las acciones se observa la idea de que los especialistas de la salud son los únicos que pueden explicar y guiar sobre una enfermedad, aún cuando “*somos nosotros los que sentimos y los que padecemos los problemas con nuestros cuerpos*”.<sup>5</sup> Esto responde al

---

<sup>4</sup> López, R. (2006), *op. cit.*, p. 31.

<sup>5</sup> *Ibidem*, p. 34.

desconocimiento del propio cuerpo que se deja en manos de los que “si saben”. Aún más, se deposita toda la fe en una pastilla o cápsula que responderá como solución a los malos hábitos y/o actitudes que construyen desequilibrios internos.

Esta forma de vida es heredada culturalmente, y detener esa constante cobra sentido si se observa el objetivo en la vida del que habla nuestro autor: comer y dormir bien. ¿Cómo?. López propone el desarrollo de un trabajo individual o personal encaminado a cambiar la memoria corporal, lo que implica enfrentarse a la propia información que nos hace ser como somos.

Miedos, apegos, excusas emocionales para no hacer lo que se debe hacer son producto de lo aprendido. El cambio representa asumir la responsabilidad de los propios actos en cuanto que es posible cambiar la propia personalidad. La herencia entonces, es factible de modificación. Pero al no concebir una relación directa de lo que se come, se hace y se piensa con el estado de salud, no existe razón para considerar la práctica de cambios en la forma de vivir. Pensamiento característico de occidente que busca la relación uno a uno.

Cambiar la memoria corporal de la que habla López requiere de prácticas personales caracterizadas por la disciplina en su hacer. Todas ellas están dirigidas al cuerpo, pues en él se albergan las emociones que en muchas ocasiones se pretenden destruir.<sup>6</sup> Una de ellas es la práctica del Zazen: una constante en el discurso de López:

La meditación Zazen es un camino que puede permitir el cambio más profundo del cuerpo porque logra vencer los deseos y pasiones que desarmonizan el interior del cuerpo; el sufrimiento es una manifestación, los deseos son ambición y ganas de someter a los otros cuerpos.<sup>7</sup>

---

<sup>6</sup> *Ibidem*, p. 55.

<sup>7</sup> *Ibidem*, p. 87.

Este camino, señala, es distinto a las terapias psicológicas que sólo desvían o generan nuevas representaciones de la realidad por medio de palabras o símbolos. Esta es la razón de tantas reincidencias en actitudes que se pretenden dejar, pues un cambio de vida exige compromisos con el estilo de vida. La idea de tomar atajos, de hacer el proceso más fácil o rápido está lejos de lo que propone la práctica del Zazen.<sup>8</sup>

Actualmente el Zen se traduce como la senda del hombre sentado, la senda que trazó el Buda. Su práctica consiste en meditar para poder aquietar la mente, el sentido es someterla para permitir que aparezca lo que soy o saber quien soy yo. López logra adecuar esta práctica oriental a la cultura mexicana en reconocimiento a lo importancia de considerar el factor geográfico. El crecimiento es posible en este país, lo necesario ya se encuentra en México: las enseñanzas del Buda en convivencia con la propia cultura y un cuerpo con el cual practicar.<sup>9</sup>

López señala razones por las que esta información, y sobre todo su práctica, le es útil al psicólogo en su práctica profesional:

“En el campo de lo personal si hace zazen podrá ser mejor persona, tendrá una calidad de vida emocional y corporal distinta a la del común, eso es un resultado de hacer un cambio en la memoria corporal, darle un lugar a la ansiedad o permitir que un cuerpo logre la paz interior y los órganos podrán ser armoniosos... En otro aspecto podemos hablar de los procesos que se enfrentan en el interior de las personas, la búsqueda de hacer las cosas con mayor perfección, ser mejor en lo que se hace, no sólo en lo que se dice, tener el criterio de ver lo que se hace para poder comprender el camino de los otros y el propio.”<sup>10</sup>

---

<sup>8</sup> Este camino inicia hace 2,500 años en la comunidad de Sakya donde nació Siddharta Gotama, príncipe que abandona una vida llena de riquezas y placeres para buscar el origen del sufrimiento humano. Después de 6 años de estar internado en el bosque con un maestro, aprende que el origen está en el deseo y que el dolor es producto de la idea de poseer. A los 35 años alcanza un estado de conciencia tal sobre la vida que se dice que a alcanzado la iluminación; de ahí el nombre de Buda que en pali significa el bienaventurado, el iluminado. Durante 40 años enseñó ese camino en la India, expandiéndose después por China y poco a poco por todo el mundo. En México llega en 1968 con Ejo Takata y repite en el año 2000 el Roshi Hozumi Gensho, discípulo de Momun Yamada y maestro de López Ramos. *Ibidem*, p. 100.

<sup>9</sup> *Ibidem*, p. 104.

<sup>10</sup> *Idem*.

El objetivo es el cambio de la memoria corporal y con ello, hacer que el cuerpo no sólo sea el depositario del sufrimiento traducido en enfermedades físicas o emocionales, sino también, dice López el espacio que tenemos para poder hacer unas psicologías que de sentido a la pérdida de identidad profesional y social.

## **2.1. Propuesta de Alcohólicos Anónimos.**

Para hablar sobre la propuesta de Alcohólicos Anónimos es necesario remontarnos a su fundación que tuvo lugar hace 65 años en junio de 1935, en Akron, Ohio. Todo inició con un agente viajero llamado William Wilson quien era de Vermont. En Nueva York protagonizó una historia de éxitos y fracasos de negocios a la par que desarrollaba un serio problema de alcoholismo. Wilson buscó ayuda para su adicción a través de las enseñanzas de lo que se llamó el "Movimiento de Oxford".<sup>11</sup>

El Movimiento de Oxford era una iniciativa cristiana evangélica que tuvo cierto éxito y notoriedad en las universidades de EUA durante las primeras décadas del siglo XX. Aunque no tuvo vínculos formales con la inglesa Universidad de Oxford, el fundador de este movimiento, Frank Buchman, se estableció cerca del campus de esa universidad, y dio a su organización el nombre de Movimiento de Oxford. Este movimiento insistió en la necesidad de una completa entrega de la propia vida a Jesucristo, de la confesión las faltas, de enmendarse y arrepentirse, y de ponerse bajo el cuidado de Dios, cuya guía sería revelada una vez que la entrega se completara. Este movimiento fue el precursor de una organización conocida como Cruzada Universitaria por Cristo.<sup>12</sup>

En junio de 1935 Bill Wilson esperaba cerrar un trato que se frustró, y él decidió ahogar sus penas en alcohol, tal como había hecho. Pero esta vez se dio cuenta, y en vez de ello buscó la ayuda de adherentes del Movimiento de Oxford residentes en Akron. A través de la ayuda de un ministro local, Wilson localizó al médico llamado Dr. Robert Smith.,

---

<sup>11</sup> Alcoholics Anonymous World Services.(1984). *La Historia de Bill Wilson y de cómo llegó al mundo el mensaje de A.A.* México. Edit. Central Mexicana de Servicios Generales de A.A., A.C.

<sup>12</sup> *Idem.*

quien justo salía de una racha pesada de bebida de manera que cuando el Sr. Wilson entró en contacto con él hicieron buena amistad; se prometieron ayudarse y apoyarse mutuamente para permanecer sobrios.<sup>13</sup>

De esa reunión en Akron iniciaron una organización, lo que se convirtió en los Doce Pasos, y lo que se conoce en círculos Alcohólicos Anónimos como "El libro grande" que es esencialmente la adaptación de Wilson de los principios de Oxford que sacó de su contexto cristiano conservador con el objeto de hacerlos más ampliamente aceptables a través de las fronteras culturales y religiosas, y los aplicó específicamente a combatir el alcoholismo. Así, Bill W. y el Doctor Bob, como se les cita en todos los textos de Alcohólicos Anónimos, iniciaron la aventura hacia la recuperación del alcoholismo.<sup>14</sup>

Desde entonces el movimiento se difundió ampliamente. Los Doce Pasos han sido adaptados para hacer frente a otras adicciones, teniendo como objetivo no sólo la sobriedad, sino el cambio en el estilo de vida. Aquellos que sólo buscan aprender a controlar la forma de beber irremediamente fracasan:

“La sobriedad diaria es la finalidad sencilla de A.A. pero el hecho de no beber no es suficiente. Tenemos que adquirir honradez, humildad, respeto a nosotros mismos y destruir el egocentrismo para poder mantenernos sobrios”.<sup>15</sup>

¿Cuál es la propuesta que ofrece el programa de Alcohólicos Anónimos para conseguir el objetivo? La aplicación constante en la vida diaria de doce sencillos pasos dirigidos a restablecer la condición física y proporcionar una sobriedad satisfactoria.<sup>16</sup> Cada uno de “Los Doce Pasos”, como se le conoce a este programa de recuperación, plantea la necesidad de generar cambios en la forma de vida:

---

<sup>13</sup> *Idem.*

<sup>14</sup> *Idem.*

<sup>15</sup> Sin autor. (2006 ). *El pequeño Libro Rojo*. México. Edit. Oficina Central de Servicios de Grupos 24 horas de Alcohólicos Anónimos y Terapia Intensiva, p. 6.

<sup>16</sup> Sin autor. (2006), *op. cit.*, p. 10.



*Primer paso. Admitimos que éramos impotentes ante el alcohol, que nuestras vidas se habían vuelto ingobernables.* Desde el inicio Alcohólicos Anónimos (A.A.) plantea la necesidad de que sea el propio enfermo quien se encuentre convencido de llevar a cabo un cambio en su forma de beber y, por tanto de vivir. En esta admisión se encuentra inmerso una visión importante: los acontecimientos que ocurren en la vida son producto de los propios actos, por lo que no se está indefenso ante los embates de la vida. La buena o mala fortuna se construye. Esta idea deja de lado la actitud pasiva ante la vida, señala la necesidad de “trabajar” por la buena fortuna.<sup>17</sup>

*Segundo paso. Llegamos al convencimiento de que un poder superior podría devolvernos el sano juicio.* Este paso alude a la existencia y creencia de un Poder Superior para llevar a cabo el programa. Alcohólicos Anónimos reconoce que muchos de sus miembros encuentran difícil este paso, agnósticos, ateos, los que tienen prejuicios contra la religión e incluso los desafiantes porque su Dios no les concedió sus exigencias en algún momento de su vida. Sin embargo, el depositar la fe en algo más grande que uno mismo es calificado como un paso trascendental en el proceso de recuperación.<sup>18</sup>

Dejar de lado la racionalidad con la que se ha vivido es otro cambio que plantea A.A. en el estilo de vida de las personas. En cierta forma, señala que es importante el discurso científico, pero tiene sus alcances bien claros en lo que respecta al alcoholismo o las adicciones en general. La actitud de mantener una mente abierta plantea la posibilidad de depositar una creencia o fe que no existe como tal en el discurso científico, pero que las estadísticas con resultados satisfactorios indican que es una opción que puede tomarse si se desea.

*Tercer paso. Decidimos poner nuestras voluntades y nuestras vidas al cuidado de Dios, como nosotros lo concebimos.* El tercer paso de éste programa de recuperación ya maneja la palabra clave que se observará en el resto de los pasos: **acción**.<sup>19</sup> Y para ello señala que es

---

<sup>17</sup> Alcoholics Anonymous World Services. ([1952]-2001). *Los doce pasos*. México. Edit. Central Mexicana de Servicios Generales de A.A., A.C, p. 3-6.

<sup>18</sup> *Ibidem*, p. 7-13.

<sup>19</sup> Las negritas son mías.

necesario depender de un Poder Superior o Dios para llevar a cabo el arduo trabajo de enfrentarse a los recuerdos aterradores producto de la actividad alcohólica. Los recuerdos se enlazan con rencores, envidias, remordimientos, culpas, etc., que aunados a los acontecimientos del diario vivir pueden desanimar el entusiasmo y la convicción de recuperarse si se encuentra sólo.

*Cuarto paso. sin miedo, hicimos un minucioso inventario moral de nosotros mismos.* La base teórica de este cuarto paso descansa en la descripción del proceso por el cual se construyen los problemas emocionales que llegan a consolidarse en adicciones como el alcoholismo. A.A. dice que los instintos genuinos y necesarios en cada uno de nosotros llegan a desviarse a lo largo de la vida. La necesidad de imponer a los otros las satisfacciones de los propios deseos impulsados por los propios instintos desviados va alimentando defectos en la manera de proceder impulsado por el miedo a no encontrar la satisfacción deseada. Así, el temor va alimentando a más defectos que acarrear graves dificultades en la vida de las personas y de aquellas con quienes convive. El temor es el motor de las adicciones: “*Comemos, bebemos y arrebatamos más de lo que necesitamos por el temor a que no nos toque lo suficiente*”.<sup>20</sup>

Para enfrentar el problema, A.A. sugiere la elaboración de un inventario moral minucioso de nosotros mismos. Para ello se requiere la *buena voluntad* de la persona, **de ahí que el trabajo no puede ser obligado ni condicionado por nadie**. Por ello, el cuarto paso **es el comienzo de una costumbre para toda la vida**.<sup>21</sup>

*Quinto paso. admitimos ante Dios, ante nosotros mismos y ante otro ser humano, la naturaleza exacta de nuestros defectos de carácter.* Este paso aclara aún más las características del defecto de carácter repetido una y otra vez en la vida del adicto y así dar el paso hacia su corrección. Esta posibilidad de reconocer los defectos da otro beneficio: la humildad, la cual permite reconocer y corregir.<sup>22</sup>

---

<sup>20</sup> *Ibidem*, p. 26.

<sup>21</sup> *Ibidem*, p.p. 20-30. Las negritas son mías.

<sup>22</sup> *Ibidem*, p.p. 31-37.

*Sexto paso. estuvimos enteramente dispuestos a dejar que dios nos liberase de todos estos defectos de carácter .* Este paso habla acerca de la actitud que A.A. sugiere para la vida, y no sólo para enfrentar un caso de alcoholismo. Parte de la idea que la ansiedad u obsesión por beber ha quedado atrás, y ahora el trabajo se enfoca hacia los defectos de carácter que pueden desviar nuevamente los instintos y llegar así a la reincidencia de una vida tormentosa con o sin alcohol.

La actitud de alcanzar la perfección es el motor que impulsará al alcohólico a ser cada día mejor, de manera que lo importante es tratar de mejorar. No importa si hay tardanza o demora, lo importante es no cerrarse con frases como “Esto no lo dejaré nunca”. Así, A.A. no sugiere ser perfectos, sugiere estar dispuestos a aspirar a la perfección.<sup>23</sup>

*Séptimo paso. Humildemente le pedimos que nos liberase de nuestros defectos.* Este paso descansa en percatarse que las necesidades de primer orden, como la comida, el vestido y sustento, son necesarios y se debe de dedicarle el tiempo, y el esfuerzo que esto merece, pero no se debe de perder de vista que **éstos son sólo medios y no el fin en sí mismo**. La finalidad entonces es la búsqueda del desarrollo espiritual lo que involucra necesariamente el cambio de proceder en la vida diaria.<sup>24</sup>

*Octavo paso. Hicimos una lista de todas aquellas personas a quienes habíamos ofendido y estuvimos dispuestos a reparar el daño que les causamos.* Este paso alude al perdón. Una vez que se ha analizado y reconocido los defectos de carácter en el pasado, es posible ver de frente los daños causados por la manera de vivir. Este paso, como sucede en todos los demás, requiere de buena voluntad y humildad. El resultado de este paso es la ausencia del dolor y el inicio de una vida sin mas aislamiento producto del daño que los defectos de carácter le pudieron ocasionar a los que se encuentran alrededor.<sup>25</sup>

*Noveno paso. Reparamos directamente a cuantos nos fue posible el daño causado, excepto cuando el hacerlo implicaba perjuicio para ellos o para otros.* Una vez realizada la lista

---

<sup>23</sup> *Ibidem*, p.p. 38-43.

<sup>24</sup> *Ibidem*, p.p. 44-49. Las negritas son mías.

<sup>25</sup> *Ibidem*, p.p. 50-54.

con el nombre de todas las personas a las que se les causó daño, el noveno paso da las indicaciones para proceder a hablar con las personas y reparar en lo posible el daño causado. Para ello, A.A. marca cualidades a considerar como el conocimiento, la habilidad para escoger el momento oportuno y la cautela pues no se puede obtener la propia tranquilidad mental si se hace a costa de otros.<sup>26</sup>

*Décimo paso. Continuamos haciendo nuestro inventario personal y cuando nos equivocábamos lo admitíamos inmediatamente.* Este paso sintetiza el objetivo de iniciar este programa de recuperación: mantener la sobriedad y el equilibrio emocional. La herramienta que propone es el examen de uno mismo con miras a convertirse en un hábito en la vida del paciente. Sin la presencia de éste hábito, dice el programa, no se puede hacer mucho, pues con él constantemente se encuentran defectos de carácter que, si se dejan pasar por alto, pronto germinarán y provocarán daño. El identificarlos da la posibilidad de corregir, pero siempre con insistencia y paciencia.

Esta práctica no es nada fácil, por ello el programa advierte a los alcohólicos a no desanimarse si en el inventario diario se dan cuenta que persisten errores de antiguas costumbres. Lo que se persigue es el progreso, más no la perfección, pero siempre con una actitud hacia ésta.<sup>27</sup>

*Undécimo paso. Buscamos a través de la oración y la meditación mejorar nuestro contacto consciente con Dios, como nosotros lo concebimos, pidiéndole solamente que nos dejase conocer su voluntad para con nosotros y nos diese la fortaleza para cumplirla.* Para A.A., existe una relación directa entre el examen de sí mismo, y la meditación y la oración, dando como resultado una base emocional firme para toda la vida. La oración es un ruego a un Poder Superior, es la expresión de lo que se puede ver y sentir, y lo que se quiere llegar a ser y con base en dichas expresiones se puede llevar a cabo una meditación que, a los ojos de A.A. proporciona *la luz del sol* de a la vida, pues ayuda a distinguir el propio objetivo espiritual.<sup>28</sup>

---

<sup>26</sup> *Ibidem*, p.p. 55-58.

<sup>27</sup> *Ibidem*, p.p. 59-65.

<sup>28</sup> *Ibidem*, p.p. 66-74.

*Décimo segundo paso. Habiendo obtenido un despertar espiritual, como resultado de estos pasos, tratamos de llevar este mensaje a los alcohólicos y de practicar estos principios en todos nuestros actos.* El duodécimo paso señala que es a través de ayudar a otros como se obtiene una gran felicidad y satisfacción, recobrando un nuevo sentido la vida de aquella persona que en muchas ocasiones sólo ocasionaba daño. De ahí que este paso regule las prácticas en las sesiones o juntas de A.A., pues también el trabajo cotidiano que beneficia a muchos es otra forma de llevar a cabo el mensaje de vida.<sup>29</sup>

Sobre estos fundamentos teóricos es que se fundan los numerosos grupos de Alcohólicos Anónimos por todo el mundo. Su existencia se debe a la necesidad de un lugar o espacio donde poderse reunir las personas que adoptan a estos doce pasos. Cada persona es responsable de su propia recuperación pero no puede llevarlo a cabo si se encuentra aislado con la fuerza de voluntad como única herramienta. Esta es una premisa que da sentido a la formación de un grupo de trabajo. El objetivo que se persigue es claro: cambiar el estilo de vida asumiéndose como constructores de ella. El programa de recuperación de A.A. representa más que un proceso o forma de tratamiento para adicciones, representa un manual para aprender a vivir y enfrentar los acontecimientos cotidianos.

### **2.3. Victoria Salud Integral A.C: el perfil.**

¿Quiénes somos? Somos una institución no lucrativa conformada por un grupo de hombres y mujeres unidos con el único fin de construir la propia recuperación de la enfermedad emocional y/o física a través del trabajo personal y corporal que involucra la ayuda a otras personas producto de compartir la propia experiencia. Es esta la propuesta de la institución donde se retoma como estructura base el programa de *Los doce pasos* en cooperación con trabajos corporales enfocados a cambiar la memoria corporal y, por tanto, la actitud en la forma de vivir.

---

<sup>29</sup> *Ibidem*, p.p. 75-91.

Con base en las particularidades y semejanzas de la propuesta teórica del Dr. Sergio López Ramos y el programa de *Los Doce Pasos* de Alcohólicos Anónimos se delimita la naturaleza, objetivos y principios de Victoria Salud Integral, A.C. que son:

- La felicidad o el sano juicio sólo es posible por medio de la práctica de un estilo de vida enfocado a obtener un equilibrio emocional.
- La falta de control de las emociones son la causa principal de la infelicidad de las personas. Los estragos se observan en las relaciones con las personas que nos rodean y en el propio cuerpo, que se percibe como un microcosmos donde existe una consecuencia fisiológica a raíz de actitudes ante la vida, dando lugar al término “enfermedades psicosomáticas”. Por ello, Victoria persigue este equilibrio y todas las actividades que se proponen se enfocan a ello.
- Esta postura supone la responsabilidad de la propia vida y lo que en ella ocurra o deje de ocurrir incluyendo a las enfermedades. Para mirar el cuerpo, se retoma el principio de la relación interna entre órganos del Dr. Sergio López dando la pauta para emplear la acupuntura, el masaje terapéutico chino y la bioenergética como una forma de trabajo personal enfocado a mantener su equilibrio. La importancia radica en que un cuerpo sano es pieza importante para mantener un estado emocional igualmente saludable.
- El trabajo directo con las emociones producto de los pensamientos, se retoma de los principios que sugiere el programa de recuperación de A.A. Todos los pasos están encaminados a cambiar la forma de pensar con respecto a la vida y cada uno de ellos plantea objetivos específicos a realizar:
  - *Primer paso:* aceptar que no se ha sabido vivir.
  - *Segundo paso:* reconocer la necesidad de que alguien más enseñe nuevas formas de vida.
  - *Tercer paso:* con la convicción de que nadie puede construir la propia felicidad, es sugerente aceptar la existencia de algo más poderoso que uno mismo y el cual representará un eje rector para comenzar a construir una nueva vida.

- *Cuarto paso:* realizar el inventario moral que se sugiere para poner bajo la lupa los principales errores cometidos en la forma de actuar producto de la manera de sentir. Para ello, se retoma el principio de la existencia de los 3 instintos naturales del ser humano y que mal encausados o “descoyuntados” dan lugar al desarrollo de los 7 “defectos de carácter” impulsados por una emoción específica: el miedo. Hacer el inventario es ponerle nombre a las emociones desequilibradas y tener un indicio claro por donde empezar el trabajo personal. Lo que se busca es romper con los esquemas prediseñados de razonamiento para poder centrarse en el lenguaje del cuerpo traducido en emociones que “salen” de éste y detener el proceso de destrucción que muchas de ellas propician en la persona, como las adicciones físicas o emocionales.
- *Quinto paso:* reconocer las faltas frente a otra persona para acortar el camino hacia el perdón de uno mismo y de las personas que se encuentran alrededor. Además, se obtiene un punto de vista diferente que rompe el propio pensamiento vicioso fuente del desequilibrio emocional.
- *Sexto paso:* una vez hecho el enfrentamiento personal y detectado los errores, ahora el programa pide una actitud de vida enfocada a la exigencia personal. El objetivo es llevar a cabo todas las actividades en pro de la propia recuperación con miras a que cada día, las cosas se harán mejor.
- *Séptimo paso:* este paso supone el reconocimiento de las características del nuevo estilo de vida. Implica no ceder frente a las exigencias de la mente a regresar a los patrones preestablecidos pues el cambio requiere de tiempo y de retomar un código de vida: amor, comprensión, tolerancia y respeto.
- *Octavo paso:* el perdón es el tema de este paso. Producto de la nueva forma de pensar es posible hacer una lista que contenga el nombre de las personas a las que se dañó. Así inicia el principio del fin del aislamiento.
- *Noveno paso:* es llevar a la práctica lo planeado con respecto a la reparación de daños.
- *Décimo paso:* una vez alcanzada cierta claridad mental y equilibrio emocional el siguiente paso es mantener y cultivar este estado. A.A. propone un inventario o examen continuo de la manera de actuar.

- *Undécimo:* propone la oración y la meditación como una forma de reeducar a la mente, y fortalecer el contacto consciente con ese eje rector: el Poder Superior.
  - *Duodécimo paso:* sintetiza el objetivo del programa, la alegría de vivir y la relación del trabajo personal que involucre a otros y los beneficios de equilibrio emocional que esto genera.
- 
- Cabe señalar que el programa de A.A. no es lineal, es cíclico, y constantemente se practica uno y otro en función del progreso personal. El objetivo es dejar de sufrir y eso implica mucha práctica.
  - Otro principio que rige a Victoria es el rescate del cuerpo así como el cuidado del medio en que vivimos, en tanto que lo que ocurra fuera ocurre dentro. Esto da lugar al principio de conservar la vida del entorno para poder conservar y cultivar la propia, de ahí que las actividades que se realizan están enfocadas a la conservación del medio en la medida de lo posible, además de la propuesta de un cambio de alimentación libre de productos que dañen al cuerpo. Esta medida es sugerida, no impositiva.
  - El trabajo personal se encuentra en el presente, en el diario vivir, por lo que se busca proporcionar las herramientas para enfrentar la vida tal y como se presenta en la cotidianidad, no se busca el aislamiento.
  - El proceso de cada persona es único e irrepetible, toda persona que no ponga el riesgo al grupo mismo y muestre un sincero interés en construir una mejor calidad de vida, tiene un lugar en Victoria, Salud Integral, A.C.
  - Victoria Salud Integral no es restrictivo a personas con problemas de alcoholismo, drogadicción o trastornos alimenticios, pues éstas adicciones son producto de un desequilibrio emocional resultado de una equivocada forma de vida, hay cabida para todo tipo de persona que desee mejorar sus vida.



- El único requisito para ser miembro de Victoria, Salud Integral, A.C. es el deseo sincero de dejar de sufrir y trabajar para construir el propio bienestar.

Así, cada día Victoria pretende ser una opción al tratamiento de adicciones, físicas y/o emocionales, que brinde un espacio donde el miembro encuentre la oportunidad de reconstruir y construir su vida con la firme convicción que el cambio es una posibilidad real donde él o ella es la principal protagonista.

Busca que cada uno de sus miembros perciba que la vida transcurre en función de lo que se decida, en función de las acciones que se toman en el presente y sobre las cuales se puede tener una injerencia segundo a segundo. Pretende hacer real que el dolor es inevitable en la vida, pero que cada uno de nosotros decide hasta donde se sufre por ello.

#### **2.4. Antecedentes, organización y servicios.**

La creación de Victoria se remonta al 19 de mayo de 2000 motivado por la necesidad de vivir mejor. Los fundadores de esta institución relatan que nunca fue su propósito asumir la responsabilidad de un grupo que trabajara con la salud emocional de las personas. Sin embargo, en un primer momento, en todos ellos se observa la necesidad de encontrar respuestas a su propia vida. El funcionamiento de Victoria, Salud Integral, A.C. es resultado de muchos esfuerzos compartidos, impulsados por un deseo sincero de mejorar la propia vida. La organización es simple; miembros veteranos (y algunos no tanto) aceptan asumir más responsabilidades que otros en pro de un beneficio propio por la vía de ofrecer un trabajo intelectual y/o físico que benefician al sostenimiento del espacio que permitió revalorizar la vida: el grupo. Desde entonces la organización sigue un esquema básico de organización. Donde existen dos coordinadores generales y ocho áreas específicas que se reparten entre personas asignadas para desarrollar el o los servicios. (Ver Anexo 1)

La organización y la forma de trabajo que presenta Victoria Salud Integral, A.C. se retoma de los grupos de 4° y 5° paso del programa de recuperación de Alcohólicos

Anónimos, que sin ser grupos tradicionales se trabaja con “Los doce pasos”. La particularidad radica en la forma de dar inicio el tratamiento con dos actividades básicas: la escritura de la vida personal por el propio paciente en el aspecto sexual, material y social; y la lectura de éste y por éste ante una persona de confianza que corresponden al paso 4° y 5° del programa.

Así mismo, estos grupos retoman las doce tradiciones de A.A. El cuarto de ellos menciona que: “*Cada grupo debe ser autónomo, excepto en asuntos que afecten a otros grupos o a Alcohólicos Anónimos, considerado como un todo*”.<sup>30</sup> Por esta razón, cada grupo adopta una autonomía que son las reglas básicas e individuales aplicables al grupo que las dicta, sin la necesidad de que otro grupo funcione de la misma forma. Entre grupos de 4° y 5° paso, como se les conoce, existen diferencias en la forma de trabajar, pero no así en la estructura básica. Cada grupo tiene una *mesa de servicio* que la conforman miembros del mismo y que asumen la responsabilidad de coordinar las actividades necesarias para llevar a cabo el trabajo. A cada una de éstas personas se les conoce como *servidor* quienes no gobiernan ni reciben un sueldo, sino sólo están para servir a sus compañeros. El número de servidores y actividades a coordinar puede variar según la autonomía del grupo.

Los *servidores* tienen *juntas de servicio* donde se dan informes del funcionamiento del grupo y se toman acuerdos y resoluciones en pro de su crecimiento. Al resto de los miembros se les conoce como *apoyos*, y para serlo, el único requisito es haber *vivido su experiencia*; es decir, haber escrito y leído su vida, y tener la disposición de apoyar al recién llegado en las actividades que se necesiten.

Otro aspecto que puede variar es el formato de una entrevista inicial, el número de juntas de preparación, el lugar donde se realiza el trabajo y la disciplina o normas básicas para la convivencia entre los miembros.

---

<sup>30</sup> Alcoholics Anonymous World Services. ([1953]-2001). *Las doce tradiciones*. México. Edit. Central Mexicana de Servicios Generales de A.A., A.C, p. 29.

En el caso de Victoria, Salud Integral A.C. la forma de trabajo es la siguiente. Cuando alguna persona solicita el servicio se hace una entrevista previa para indagar sus expectativas. Una vez que el paciente acepta las condiciones de trabajo, las fechas y los horarios, pasa a la siguiente etapa que son las *juntas de preparación*.

En esta etapa, el paciente, o *escribiente* como se le conoce, debe de asistir a 7 de *juntas de preparación* repartidas a lo largo de tres semanas. Estas juntas están dirigidas a preparar al escribiente para que pueda recordar los hechos más trascendentales de su vida que posteriormente escribirá. En las juntas, tres *servidores* y/o *apoyos* pasan al frente y hablan acerca de lo que ellos vivieron para que los *escribientes* se reflejen en ellos y puedan recordar los propios hechos.. A esto le llaman *compartir*.

Al término de las *juntas de preparación* se lleva a una hacienda donde escribirán y leerán su vida en el más completo anonimato. Allá, miembros del grupo que han seguido el programa de recuperación y que se encuentran capacitados para guiar a otro, se presenta como *padrino* o *madrina*, según el caso, y el escribiente escoge a quien le leerá su vida. Una vez *vivida su experiencia*, el escribiente, que ahora se le llama *chiquitete* en alusión a un chiquillo que parte de cero y tiene la posibilidad de construir una mejor calidad de vida, tiene la decisión de continuar asistiendo al grupo para su recuperación o retirarse.

Bajo estos lineamientos, los servicios que proporciona nuestra institución a la comunidad se organizan con un calendario de lunes a viernes con una salida mensual a la *Hacienda* Para efectos del presente reporte de trabajo profesional, se consideran para su descripción las actividades efectuadas en los últimos 14 meses de trabajo: octubre de 2005 a noviembre de 2006 que comprende: la experiencia del 4° y 5° paso del programa de recuperación de A.A., reuniones de lunes a viernes de 20:00 a 21:30 hrs, cursos sabatinos de 10:00 a 13:00 hrs. durante todo el año, consultas de acupuntura china y Atención Psicológica para niños. Aquí los detalles.

*Experiencia del 4° y 5° paso del programa de recuperación de A.A.*

La “experiencia” como se le conoce sigue un proceso fijo que puede desglosarse en las siguientes etapas:

*Recepción del paciente:* Se lleva a cabo a través de una entrevista semiestructurada donde se registran los datos de identificación del paciente<sup>31</sup> y el o los motivos principal(es) de su asistencia. Esta primera indagación está enfocada a seleccionar a los candidatos para iniciar el tratamiento, mismos que deberán presentar los siguientes requisitos:

- Estar en pleno uso de sus facultades mentales.
- Encontrarse sobrio al momento de la entrevista.
- Asistir por voluntad propia sin estar sujeto a cualquier tipo de amenaza o represión por parte de familiares o conocidos.
- Estar convencido que necesita ayuda para mejorar su calidad de vida<sup>32</sup>.

Una vez aceptada a la persona, se le brinda información acerca del programa de trabajo que está a punto de iniciar indicándole fechas, horarios y lo que se espera de él durante el trabajo del 4° y 5° paso del programa de recuperación que se refiere a la escritura de su historia personal y la lectura de éste ante otra persona respectivamente.

*Juntas de preparación:* para el trabajo de escritura, se llevan a cabo siete juntas de preparación de hora y media con base en un plan preestablecido en lecturas de literatura de A.A. y compartimientos personales de miembros de la institución. El objetivo de las juntas es ayudar a la persona a recordar los propios hechos dolorosos y/o importantes del escribiente. Estas juntas se encuentran distribuidas en tres semanas, de manera que la persona asiste a un promedio de dos juntas por semana.

---

<sup>31</sup> Nombre, edad, estado civil, número de hijos y medio por el cual se enteró del servicio.

<sup>32</sup> Cabe señalar que no es requisito que la persona reporte algún problema de adicción para ser aceptada, ya que el programa contempla a la prevención de las adicciones como su principal objetivo.

*Elaboración del inventario moral:* esta fase corresponde a la escritura cronológica de la historia personal del paciente en tres aspectos: sexual, material y social. El asesoramiento y motivación hacia el escribiente es constante.

*Lectura del historial por parte del paciente:* la lectura se lleva a cabo en un ambiente de cordialidad donde el objetivo es establecer un lazo de comunicación entre el padrino y el escribiente. Una vez concluida la lectura, se lleva a cabo una evaluación del caso estableciendo si existe o no una adicción, así como las alternativas y sugerencias para prevenirla o enfrentarla.

*Tratamiento:* Una vez que la persona realiza su trabajo en hacienda ya es un miembro del grupo que puede decidir por seguir asistiendo al grupo para tomar la guía que ofrece Victoria, bien seguir con su trabajo personal en otro lugar o continuar su vida sin modificaciones. El principio del respeto a cada persona se encuentra en primer lugar en el grupo, por lo que nadie se encuentra obligado a hacer o dejar de hacer algo de lo que no esté convencida la persona.

Si decide seguir asistiendo, las juntas diarias que se describen a continuación señalan la guía para comenzar con la recuperación.

*Reuniones de lunes a viernes de 20:00 a 21:30 hrs.*

Victoria, Salud Integral brinda sus servicios de lunes a viernes con un solo período vacacional de fin de año. Durante la semana se llevan a cabo varias actividades bajo los lineamientos de Alcohólicos Anónimos principalmente. Muchas de éstas juntas presentan características muy afines a los lineamientos y terminología usada por A.A.. Así, se llevan a cabo:

*Juntas de preparación de apoyos:* donde se informa a los nuevos integrantes del grupo la forma en que se lleva a cabo el apoyo en la hacienda, es decir, cuando los escribientes realizan la escritura y lectura de su inventario moral.

*Juntas de debilidades humanas:* en estas juntas los miembros que ya han “apoyado en la hacienda” discuten sobre diversos temas relacionados con la naturaleza del ser humano, como los defectos de carácter, el perdón, los resentimientos, la actitud ante la vida misma que propone el programa, entre otros temas. Todos enfocados a recordar la necesidad de continuar con el trabajo personal enfocado al cambio de juicios y actitudes.

*Juntas de tribuna:* en este espacio, los miembros pasan al frente y comparten su diario vivir. Los a.as. han encontrado que “denunciar la mente”, es decir, hablar de los propios pensamientos y los sentimientos que generan, ayudan a evitar crudas morales y/o, actos de mal juicio, como pleitos o adicciones que mas tarde acarrearán sufrimiento.

*Juntas de apadrinamiento:* esta práctica responde al quinto paso del programa, es decir, reconocer ante otra persona nuestros errores. En el apadrinamiento, un miembro veterano del grupo al que se le conoce como *padrino* puede asesorar a otro miembro de menor tiempo sobre algún hecho que desee compartir. La sugerencia es el estandarte del apadrinamiento, pues ninguno de los miembros se encuentra obligado a seguir las indicaciones del apadrinamiento. Esta actitud responde al principio del respeto del proceso personal y el libre albedrío.

*Terapia ocupacional:* dentro del propio grupo existen “servicios” que cualquier miembro puede solicitar. Estos servicios son actividades físicas sencillas como la limpieza del local, el aseo de trastes o mantenimiento del local. Esta parte responde al doceavo paso que habla sobre la alegría de vivir producto del trabajo personal propio y con los demás.

### *Cursos sabatinos de terapias alternativas.*

Estos cursos sabatinos se brindan de 10:00 a 13:00 hrs. durante todo el año compuesto por módulos de tres meses cada uno, los cuales son: Bioenergética, Masaje terapéutico Chino, Acupuntura, Auriculoterapia. Estos módulos pueden variar en duración y secuencia según los requerimientos de la comunidad.

Este servicio están enfocados al trabajo con el cuerpo, respondiendo a los principios taoístas sobre la estrecha relación de la mente con el cuerpo y la salud. Estos cursos no son obligatorios para los miembros del grupo, pero si se brinda como una opción más al trabajo personal.

### *Consultas de acupuntura china.*

Respondiendo al trabajo con el cuerpo, dos días a la semana se destinan a las consultas de acupuntura que, en conjunto con la herbolaria, se busca la sanación del cuerpo que repercutirá en un mejor equilibrio en el estado emocional. Las bases de esta práctica se encuentran en la medicina tradicional china y el diagnóstico de los cinco elementos según el taoísmo.

### *Atención psicológica a niños.*

En esta área el psicólogo interviene en función de las demandas expuestas por los tutores sobre el comportamiento de los menores que envían a consulta<sup>33</sup>. El proceso de intervención consta de sesiones semanales con duración de una hora. Los pasos de este proceso son:

- Entrevista con los padres o tutores.
- Entrevista y evaluación inicial con el menor.

---

<sup>33</sup> . En su gran mayoría, los niños son familiares directos de los pacientes que han llevado a cabo el proceso del 4° y 5° paso del programa de recuperación de A.A.

- Diagnóstico
- Elaboración del proyecto de intervención.
- Aplicación.
- Evaluación final.
- Seguimiento.

El proceso del tratamiento se encuentra en función de la demanda señalada por los padres o tutores, sin embargo, el plan de trabajo seguía la siguiente estructura. El enfoque empleado fue la psicología Humanista con aplicación de terapias corporales como bioenergética, masaje y/o electroacupuntura<sup>34</sup>.

Cabe señalar que el tratamiento y prevención de adicciones son captados principalmente por la experiencia de 4º y 5º paso, pero sin excluir al resto de los servicios de llevar a cabo esta función. El programa que ofrece la institución no es lineal, por lo que la persona **que así lo desee** puede iniciar su tratamiento desde cualquier área. Los resultados observados entre numerosos miembros van desde conseguir una sobriedad duradera hasta recuperar y reconstruir una vida. Señalar desde la mesa directiva la eficacia o no del tratamiento puede verse influido por los propios intereses, así que en el siguiente capítulo nos remitimos a la experiencia de algunos miembros del grupo en quienes se deposita esta labor.

---

<sup>34</sup> Acupuntura sin el empleo de agujas.



## **CAPITULO III.**

### **LA VOZ DE LOS MIEMBROS: RESULTADOS**

El perfil que Victoria, Salud Integral, A. C. presenta en sus lineamientos y organización tratados en el capítulo anterior muestra al tiempo lo acertado de la elección. Constantemente ingresan personas buscando una solución a sus demandas y los cambios observados en más de uno apuntan al tratamiento como una real opción de tratamiento. Sin embargo, es importante ahondar en los resultados observados en miembros del grupo y dar voz a su propia experiencia con el propósito de alcanzar el objetivo del estudio: analizar si el tratamiento propuesto por Victoria Salud Integral, A.C. es factible de considerarse como una opción de tratamiento eficaz contra adicciones. Para conseguirlo se optó por dejar esta labor al paciente a través de un estudio cualitativo que nos remite a la fuente viva y su discurso.

#### **3.1. Metodología de investigación: antecedentes y desarrollo.**

La incesante curiosidad del hombre por formular y buscar respuestas se ha convertido en la piedra angular de la actual civilización, de manera que la investigación y el estudio de los hechos han sido el marco de referencia para la toma de decisiones y/o acumulación de conocimientos que se defiende con el título de verdad. El estudio sobre adicciones no escapa a esta premisa, en tanto que el eje rector de las decisiones lo conforman los resultados producto de las investigaciones<sup>1</sup>.

En efecto, la visión con la cual se aborda el estudio marca, por mucho, la forma de proceder o actuar ante el hecho estudiado, y de la mano se encuentran los intereses específicos ligados a los beneficios que se desean, ya sea en el ámbito social, económico o político. En muchos casos, cuando éstos intereses son utilitarios y obedientes de la

---

<sup>1</sup> Como se abordó en el Capítulo I de la presente investigación, el tratamiento e incluso connotación social cambió al cambiar la concepción del alcoholismo de un trastorno de personalidad a una enfermedad producida por una adicción.

economía y/o la política, más que ofrecer soluciones realistas a los problemas ya existentes obstaculizan el desarrollo del propio país.<sup>2</sup>

Se comprende este panorama al tener presente que el quehacer científico se encuentra impregnado de las ideologías e intereses de la clase predominante, situación propia de un entorno capitalista. Escoger la primera opción que expone Rojas sobre el verdadero interés de comprender a los núcleos más vulnerables del sistema, supone una actitud imperativa de conocer en forma directa y profunda los problemas sociales para descubrir las causas y así poder ofrecer soluciones reales.<sup>3</sup> Esta actitud fue la que impulsó las características metodológicas cualitativas para la presente investigación: la comprensión del mundo del adicto y los resultados en su vida como resultado de llevar a cabo el trabajo de recuperación que ofrece Victoria, Salud Integral, A.C.

Un grupo de científicos piensa que si bien en otros tiempos era posible hablar de un método científico, actualmente el campo de la ciencia es tan variado y heterogéneo que no es posible hablar de un solo método para todas ellas, pues señalan que: “no todos los fenómenos naturales son reductibles a expresiones matemáticas; que no todos los hechos que constituyen la realidad son analizables experimentalmente; que no todas las hipótesis válidas pueden confrontarse con la realidad a la que se refieren...”<sup>4</sup>

Es decir, el método científico presenta límites en su utilidad respecto a dar explicaciones adecuadas e intelectualmente satisfactorias en el área de la realidad que nos circunda y de los fenómenos que se perciben. Dice Ivonne Szasz:

“De manera por demás esquemática, en las aproximaciones cuantitativas predomina lo que hemos llamado la objetivización de los actores, o sea de los eventos que experimentan los sujetos, y que en la investigación social se lleva a la práctica mediante la construcción de conceptos operativos, que están atomizados y parcializados como parte del recorte del objetivo del estudio y que se representa mediante indicadores objetivos.”<sup>5</sup>

---

<sup>2</sup> Rojas, S. (1996). *Guía para realizar investigaciones sociales*. México. Edit. Plaza y Valdés, p. 20.

<sup>3</sup> *Ibidem*, p. 21.

<sup>4</sup> Alvarez-Gayou, J. (2005). *Cómo hacer investigación cualitativa*. Fundamentos y metodología. México, Paidós Ecuador, p. 15.

<sup>5</sup> Szasz I.; Lerner, S. (1999). *Para comprender la subjetividad*. México. Edit. El Colegio de México, p. 13.

Entonces, la mirada se centra en la cualidad de los hechos que en la cantidad de los mismos, de manera que el propio discurso se constituye en el objeto privilegiado de la investigación:

”...el lenguaje no es sólo un instrumento para investigar la sociedad, sino el objeto propio del estudio, pues, al fin y al cabo, el lenguaje es lo que la constituye o al menos es coextensivo con ella en el espacio y en el tiempo”.<sup>6</sup>

Esta visión es propia del método cualitativo donde los investigadores desarrollan conceptos partiendo de los datos para evaluar modelos, hipótesis o teorías preconcebidas, además las personas, los escenarios o los grupos no son reducidos a variables, sino considerados como un todo. También estudian a las personas en el contexto de su pasado y de las situaciones en las que se encuentran y son sensibles a los efectos que ellos mismos (los investigadores) causan sobre las personas que son objeto de estudio.

Otra característica de esta visión se refiere a la intención de comprender a las personas dentro del marco de referencia de ellas mismas, pues nada se da por sobreentendido. Por ello, todo puede ser un tema de investigación, por lo que todas las personas son valiosas. La investigación cualitativa **no busca la moralidad o la verdad, sino una comprensión detallada de las perspectivas de otras personas**<sup>7</sup>.

Y por último y, **tal vez su característica más relevante por la cual se eligió para este estudio**, es la característica humanista del método, es decir, que estudia a las personas en lo individual y se experimenta lo que ellas sienten en sus luchas cotidianas en la sociedad. Atiende conceptos tales como belleza, dolor, fe, sufrimiento, frustración, amor, etc., cuya esencia se pierde con otros enfoques investigativos, de tal forma que se obtiene un conocimiento directo de la vida social, no filtrada por conceptos, definiciones

---

<sup>6</sup> Mayntz, Holm y Hübner en García, F.; Ibáñez, A. (1989). *El análisis de la realidad social. Métodos y técnicas de investigación*. España, Madrid. Edit. Alianza, p. 39.

<sup>7</sup> Las negritas son mías.

operacionales ni escalas clasificatorias. Ante todo se observa un respeto por la persona y todo aquello que de ella emane.<sup>8</sup>

Definido el método cualitativo con el cual abordar el estudio queda por definir la técnica para la recopilación de la información propia de éste método. Entre las técnicas más comunes para obtener los datos en una investigación cualitativa están: la observación, autoobservación, entrevista, fotobiografía, narrativa o análisis narrativo, grupo focal e historia oral y de vida<sup>9</sup>.

Recordando el objetivo del estudio: indagar sobre la efectividad o no del tratamiento de las adicciones propuesto por Victoria, Salud Integral, A.C. fue necesario optar por aquella técnica que proporcionara un conjunto de relatos personales que dieran cuenta de su vida, pero también de la experiencia de los entrevistados con relación al grupo Victoria. Dos técnicas daban el perfil para realizar la tarea: la producción de “historias de vida” o realizar una “historia oral de carácter temático”. La disyuntiva entre cual de ellas, se disipó al apegarnos a las preguntas a las que se busca dar respuesta mediante las entrevistas y su posterior análisis. Cuatro preguntas centrales de investigación guiaron el estudio:

- ¿Cómo se construye la adicción o problema emocional en la vida de los entrevistados?
- ¿Qué motivó a la persona a considerar un trabajo personal?
- ¿El entrevistado considera una diferencia en su vida antes y después de llevar a cabo el trabajo personal que ofrece el grupo?, si es así, ¿cuáles fueron?.
- ¿Victoria Salud Integral, A.C. representa para sus miembros una alternativa en la rehabilitación de las adicciones?

---

<sup>8</sup> Alvarez-Gayou, J. (2005), *op. cit.*, p.p. 23-28.

<sup>9</sup> Para saber en detalle las características particulares de éstas técnicas se puede consultar la cita Alvarez-Gayou, J. (2005). *Cómo hacer investigación cualitativa. Fundamentos y metodología*. México, Edit. Paidós-Educador.

Bajo estos lineamientos, la historia de vida nos proporcionaba un estudio intensivo y a profundidad de casos particulares, osea de historias de vida.<sup>10</sup>, pues el investigador trabaja sobre un relato que comprende desde el momento en que se está confeccionando la historia de vida hasta el recuerdo más antiguo del sujeto. Sin embargo, no responde a las exigencias del estudio, en cuanto que se requiere un trabajo focalizado en un hecho en específico: la vida del entrevistado y su experiencia en Victoria. Si alguno de ellos no mencionara a profundidad esta relación, la entrevista carecería de valor para efectos del presente.

La **historia oral temática** representaba la otra opción, **misma que se adoptó**. Su característica principal : el abordaje de un problema o tema central por medio del relato<sup>11</sup>, nos permitió llevar a cabo la indagación sobre la experiencia de los miembros en el grupo Victoria al tiempo que se captura el lenguaje verbal, corporal y el no verbal que evidencian las emociones que experimenta el entrevistado al recordar algunos pasajes de su vida determinantes para la construcción de la adicción.

En cuanto a la naturaleza de los datos a recabar el testimonio histórico se encuentra vinculado con el ámbito personal del entrevistado. Estos son relatos de vida, experiencias autobiográficas, informaciones testificales sobre determinados momentos y períodos de tiempo en una vida humana en particular, enraizada en espacios y contextos histórico socio-culturales determinados. El testimonio puede ser parte de una experiencia compartida más amplia, pero está siempre matizado por los sentidos y experiencias personales. No es una categoría que se limite a producir enunciados de verdad o falsedad, sino más bien, habría que considerarlos como una percepción particular de las cosas, una versión personal de los hechos, acontecimientos, acciones personales, etcétera, que, tamizados por los flujos de la memoria y la experiencia reciente, proporcionan texturas nuevas a los testimonios.<sup>12</sup>

Las características enunciadas responde a las necesidades de la presente investigación, pues permite recabar las experiencias individuales aún cuando son parte de

---

<sup>10</sup> Galindo, C. (1988). *Técnicas de investigación en sociedad, cultura y comunicación*. México. Edit. Pearson Educación., p. 222

<sup>11</sup> *Idem*.

<sup>12</sup> *Ibidem*, p. 224.

una experiencia colectiva más grande, como el ser miembro de Victoria, Salud Integral, A.C.

Para recabar los testimonios históricos temáticos la metodología cualitativa apunta a las entrevistas como el medio básico para obtenerlas. La entrevista es una conversación que tiene una estructura y un propósito, de manera que “...busca entender el mundo desde la perspectiva del entrevistado, y desmenuzar los significados de su experiencia”<sup>13</sup> Además resulta indispensable “...cuando la información no puede conseguirse a través de otras técnicas...”<sup>14</sup>, como ocurre en esta investigación, pues no hay antecedente grabado o escrito de las experiencias de los miembros; necesariamente tuvimos que acudir a una investigación directa de los documentos vivos: los informantes.

El análisis e interpretación de los datos representa la penúltima fase del proceso de investigación<sup>15</sup>; esta conduce a una mejor comprensión de un fenómeno, lleva a explicaciones alternativas, representa un proceso de comparación que encuentra patrones y compara datos, y es a la vez un proceso ordenado y cuidadoso con gran flexibilidad.<sup>16</sup> Galindo propone una alternativa de tratamiento analítico que requiere de una minuciosa tarea de conocimiento de los datos orales recopilados, requisito que permitirá la identificación temática individual que servirá de base para la elaboración de una *matriz general* “contenedora de los diversos contenidos del total de las entrevistas de los distintos informantes”<sup>17</sup>. Esta matriz general, dice el autor, permite reconocer las reiteraciones, las

---

<sup>13</sup> Alvarez-Gayou, J. (2005), *op. cit.*, p. 109.

<sup>14</sup> Rojas, S. (1996), *op. cit.*, p. 150.

<sup>15</sup> La última etapa de la investigación consiste en la presentación del informe con los resultados obtenidos. Rojas, S. (1996), *op. cit.*, p. 273, señala a la elaboración de éste informe como uno de los problemas más frecuentes en el ámbito académico como en la práctica profesional, que conduce a muchas personas a abandonar la terminación de su trabajo cuando se enfrentan a la necesidad de exponer el desarrollo de sus investigaciones. Por eso, la investigación termina cuando se imprime el punto final: “Un caso típico en la historia de las ciencias es el de Ignacio Semmelweis, descubridor de los medios de transmisión de la fiebre puerperal en 1847 en Viena. Semmelweis expuso en diversos foros los resultados de su trabajo. Sus colegas le propusieron que redactara un artículo científico para difundir su descubrimiento; sin embargo, fue incapaz de exponer por escrito el desarrollo de sus investigaciones. Durante trece años sus compañeros de trabajo le insistieron para que redactara sus experiencias científicas. Por fin, en 1860 se atrevió a hacerlo; sin embargo, su hallazgo había sido cuestionado por eminencias de la época y se relegó al olvido. Ante esta incomprensión Semmelweis se sumergió en una profunda depresión que le condujo a severos trastornos en su salud, acabando su vida en un manicomio”.

<sup>16</sup> Alvarez-Gayou, J. (2005), *op. cit.*, p. 191.

<sup>17</sup> Galindo, C. (1988), *op. cit.*, p. 238.

oposiciones, las contradicciones, las diferentes versiones, los casos negativos, de manera que este vaciado de datos se convierte en el campo donde poder examinar en individual y en conjunto la médula de los testimonios orales.

La visión hermenéutico interpretativo es una opción al análisis de las entrevistas orales grabadas. Consiste en la organización precisa y sistemática de todas las unidades mínimas de contenido para después encontrar relaciones entre éstos y lograr así una interpretación por parte del investigador.<sup>18</sup>

## **Método**

Por las razones expuestas, la presente investigación se desarrolló desde una visión cualitativa empleando entrevistas semiestructuradas para generar historias orales temáticas. La información buscada en los participantes fue de tipo testimonial, misma que fue analizada desde la visión hermenéutica interpretativa con base en una matriz de datos. (Anexo 2)

## **Población**

La naturaleza del estudio marcó la manera de proceder. La colaboración de los participantes, la fecha, el lugar y la hora, se acordó por medio de una plática personal donde se expuso el propósito, naturaleza y manejo de la información que emanara de su entrevista. Siendo este un reporte de trabajo profesional, todos los entrevistados seleccionados tuvieron que haber recibido atención, en mayor o menor medida, producto de las actividades realizadas en la institución por un período de doce meses. Cabe mencionar que ya se contaba con un lazo previo de confianza producto del convivir cotidiano, situación que contribuyó en demasía a la exposición y veracidad de relatos muy personales y, en

---

<sup>18</sup> *Ibidem*, p. 240.

muchos casos, muy dolorosos motivo por el que se han usado seudónimos para la presentación de los resultados para cada entrevistado y mantener así su anonimato.

Todos los participantes han llevado a cabo el trabajo personal que plantea Victoria, Salud Integral, A.C., sin importar otra variable. Las entrevistas realizadas tuvieron lugar en las instalaciones de la institución por desición de los propios participantes: Manuel Carpio No. 60, Col. Sta María La Ribera; otros escenarios fueron cafeterías y el propio domicilio particular bajo la misma posibilidad de elección. Se realizaron en total 18 entrevistas semiestructuradas con un tiempo aproximado de 1 hora con 30 minutos en promedio.

### **Instrumentos.**

Durante el desarrollo de la entrevista se contó con una guía de entrevista con los temas a tratar como “datos personales”, “motivos para iniciar un programa de recuperación”, “la llegada a Victoria Salud Integral, A.C.”, “su experiencia en el trabajo del 4° y 5° paso en la hacienda”, “el trabajo personal en la institución” y “cambios experimentados a raíz de la llegada a la institución”. (Anexo 3).

### **Aparatos.**

Previa autorización, se utilizó una grabadora para registrar los datos con una cercanía que permitiera una grabación lo más clara posible, pero sin que resultara intimidante para el entrevistado. Para registrar información no verbal o datos que enriquecieran la información fue útil papel y lápiz.

### **Resultados**

Se llevó a cabo la transcripción de las entrevistas respetando en su totalidad el lenguaje usado. Sólo se omitieron los pronombres personales como nombres de familiares y/o domicilios, que comprometiera el anonimato del participante. Posteriormente se identificaron temas o categorías comunes en las historias orales que constituyeron los



apartados de la matriz de datos, base de la interpretación y correlación de los datos para su interpretación desde la visión hermenéutica interpretativa.

### 3.2. Categorías de análisis.

La información obtenida se clasificó en categorías de análisis bajo las cuales se presentan fragmentos de entrevista. El orden de aparición de los participantes corresponde al tiempo transcurrido entre el inicio del tratamiento y el momento de la entrevista, de mayor a menor. Los criterios para definir a cada una de las categorías se presentan en la siguiente tabla.

**TABLA 1.  
DEFINICIÓN DE CATEGORÍAS**

<b>NÚM.</b>	<b>CATEGORÍA</b>	<b>SE REFIERE A:</b>
<b>1</b>	Quien pasó el mensaje.	Se refiere a la o las personas que dieron información sobre el trabajo de 4° y 5° paso que motivaron al entrevistado a asistir a la institución.
<b>2</b>	Motivo por el que decide escribir	En esta categoría se contemplan las razones que motivaron a la persona a considerar un trabajo personal, ya sean emocionales, de salud, familiares, adicciones, etc.
<b>3</b>	Hechos trascendentes en su vida.	Se registran todos los hechos que el entrevistado califique como trascendente, importante o muy doloroso que marcaron un parteaguas en su vida y que se recordó en el proceso de la escritura. También se registra cómo fue que influye tal hecho.
<b>4</b>	Estado de salud antes y después de la escritura.	Se incluyen todos los aspectos relacionados con el estado de salud físico de la persona antes y después del trabajo de escritura. También se consideran los cambios fisiológicos que se califiquen de malestares momentáneos.
<b>5</b>	Uso de terapias alternativas	En esta categoría se registra si el entrevistado ha usado o usó alguna terapia alternativa como acupuntura, herbolaria, reiki, bioenergética, etc., es decir, prácticas fuera de la medicina alópata, ya sea en el grupo o fuera de él y los resultados que obtuvieron.

NÚM.	CATEGORÍA	SE REFIERE A:
6	Reconoce un Poder Superior en su vida.	Se registran aquellas frases que expresen una certeza de la existencia y/o influencia de un Poder Superior en el diario vivir del entrevistado.
7	Recaídas durante la recuperación.	Se incluyen las respuestas relacionadas a recaídas consideradas por el entrevistado. El parámetro para indicar si es o no una recaída o reincidencia a juicios y actitudes del pasado lo posee el propio entrevistado. Por ello, se consideran todos los tipos de recaídas que así sean etiquetados, ya sea al alcohol, a la droga, a comer en exceso, al enojo, infidelidades, etc.
8	Cambios en su vida después de la experiencia	Esta categoría se refiere a los cambios que el entrevistado relacione directamente como resultado de la escritura y lectura de su inventario moral.
9	El grupo como opción de trabajo personal.	Las frases que califican al grupo como una opción para mejorar la propia vida se incluyen en esta categoría, al igual cuando enlistan las actividades que han encontrado en el grupo para aplicarlas en la vida cotidiana con el mismo propósito.
10	Reconoce la influencia de emociones en el cuerpo.	Se registran todas las frases donde se hace referencia a repercusiones fisiológicas producto de un estado emocional.
11	Reconoce una adicción en su vida.	Se registra si el entrevistado reconoce que es adicto a alguna sustancia o estado emocional. Nuevamente los parámetros están bajo la percepción del entrevistado.
12	Se ha alejado del grupo.	Son todos aquellos comentarios relacionados con la idea o el hecho de dejar de asistir al grupo una vez que se vivió la experiencia. Se registran las razones y si regresarían o no en el caso de que se hayan alejado.
13	Recomienda el trabajo.	Se registra si recomienda o no el trabajo, las razones y a quienes.

**Tabla 1.** (Continuación) Muestra la definición para cada una de las 13 categorías de análisis empleadas para el manejo de la información obtenida de los entrevistados.

### 3.3. Exposición de resultados.

#### Categoría 1. Quien pasó el mensaje.

Las personas por las que los entrevistados llegaron a la institución son, en su mayoría, familiares o conocidos muy cercanos, ninguno de ellos reporta haber sido forzado o engañado para iniciar, continuar o terminar el trabajo personal que se propone.

1. JAZMIN, 27 AÑOS:

*“Cuando yo llego a 4° y 5° paso me trae mi mejor amiga, con ella era el rollo de todos los días, de lunes a lunes cuando no trabajaba, de tomar, era un fondeo muy, muy denso.”*

2. LAVANDA, 26 AÑOS:

*“Si, porque yo ya sabía del grupo, ya me habían invitado desde hace dos años, pero yo no quise, yo decía, no, no es para mí, yo no tomo no fumo ni nada. Nadamás me había emborrachado una vez, pero ya después con eso me di cuenta que sí, que si necesitaba la ayuda de alguien porque yo me estaba yendo al hoyo, entonces le dije a mi primo que me dijera cuando eran las inscripciones y todo, y ya pues el me dijo la hora, la fecha y todo, y yo estuve ahí.”*

3. ALAMO, 31 AÑOS:

*“A, porque a través de darme cuenta que no podía parar con el alcohol, con la bebida, regreso al grupo al que había estado alguna vez, y después de una semana de estar ahí contacto a la persona que ya había venido a Victoria, entonces, esa persona me invita, esta persona del mismo grupo, y es cuando llego yo a Victoria.”*

*“Sobre todo a mí me impacto mucho la tranquilidad que vi en él, la forma en que hablaba, porque bueno, en los grupos tradicionales se maneja mucho la tribuna, entonces él se expresaba mucho y hablaba mucho de su vida, y eso a mí me impactaba porque yo aunque podía subir a la tribuna no hablaba nada de mi vida, no, o hablaba las cosas mas pequeñas, lo que no me afectaba. Entonces, cuando... más bien yo le pedí a él que me dijera como es que le hacía para poder sacar todo eso, y fue cuando el me invitó, me dijo, pues hay un grupo donde vas a hacer tu 4° y 5° paso de AA, yo ya sabía de que se trataba,*

*bueno tenía idea de lo que se trataba entonces tomé la opción de aceptar, de venir, y pues si.. sobre todo me había dicho que era un enfrentamiento muy fuerte conmigo mismo.”*

4. MARGARITA, 29 AÑOS:

*“...yo ya en ese entonces fue así como que me acerque a una persona que ni conocía, que venía aquí al grupo, trabajaba conmigo, y ella no me quería traer de hecho, porque decía que era algo muy fuerte y que ella no lo iba a aguantar, ella..., entonces yo le rogué mucho y le dije sabes que, es que ya no aguanto, osea o me llevas o siento que en cualquier momento me suicido, osea me daba miedo hasta estar conmigo misma porque perdía la noción de lo que yo hacía, osea como que era otra persona y ya cuando veía ya me había lacerado o ya cuando despertaba de esta crisis...”*

5. DALIA, 49 AÑOS:

*“Bueno, es algo bien chistoso porque yo no sabía del grupo, yo tengo una amiguita que es mi vecina, y pues siempre andábamos en las fiestas, y que me invitas unas cervezas y que te invito una cerveza, y la que vino aquí fue su sobrina, entonces ya ella, su sobrina le platicó a Tere que había un grupo que se recuperaba uno, y pues que si te ayudaba. Entonces la invitación era para un familiar de ellas, entonces, es que me dice, es que fulanita va a invitar a esta señora, y me dice: ¿vamos?... si, si vamos, pero dicen que no se come y no se duerme, hay chingaos, pues si andamos de pinches briagas y no comemos y no dormimos. Dice... vamos, le digo sí... bueno ahora que empiecen las pláticas yo te aviso, le digo... bueno. Entonces ya llegó el día y me dice: oyes.. .empiezan hoy, dice, vas... le digo... si, si voy. Entonces cuando salimos de... mi mansión, de mi casa, porque luego me dicen que si digo mi pobre casa, pues digo mejor mi mansión.” Entonces cuando salimos se nos quedó viendo quien nos iba a llevar, así como diciendo, pues quióbole si la invitación no era para ustedes y ya dice mi amiga, es que a quien invitaste no quiso ir pero vamos a ir nosotros, o no se puede, no sí vámonos...”*

6. OYAMEL, 27 AÑOS:

*“Pues mira, cuando yo llegué, la primera vez llegué a Victoria e iba a ser inscripciones, entonces yo llegué tarde, no me acuerdo porqué llegué tarde, pero llegué como 20 min. tarde, y yo ya iba... por favor... yo ya quería subirme en esa barca, pero llegué tarde desafortunadamente y pues una de las madrinas ya no me dejó entrar, que hasta era mi maestra, y ahí se puso en juego mi ego porque pues yo también era una persona muy enojona, pero también me dio el coraje pero yo entendí: así debe de ser no.. entonces pues ya me fui y me tuve que esperar un mes, poquito más para que otra vez, y para la próxima vez traté de llegar lo más temprano que pude. Y pues yo iba dispuesto a escuchar todo, osea, todos los chalecos que me venían, que me caían, me los ponía, todo, todo, yo me acuerdo que iba y en todas, no hubo sesión que no llorara, todo trataba de agarrar la experiencia de las personas que estaban exponiendo en ese momento, pues todo trataba, iba como esponja, iba totalmente decidido.”*

7. SAUCE, 29 AÑOS

*“...me entero del grupo por un maestro de la Facultad... Gerardo... es maestro de Psicología también..” “...empecé a salir con él, porque él tiene una fascinación por el ciclismo, entonces pues, empezamos a agarrar el rol y platicábamos... y me dice... oyes porqué no haces el 4° y 5° paso... le dije si... seguro, no sé que es eso, tengo intención de conocer, y cuando llego ahí pues me doy cuenta de lo que es.”*

8. ROBLE, 30 AÑOS:

*“Pues en realidad, yo así al principio de que me dijeran ve , yo no quise porque no me atrajo, si... a mí me invitó mi papá, mi mamá, mi esposa, ellos vinieron antes que yo.”*

9. TULE, 23 AÑOS:

*“Me dijo bueno, mira, te la voy a poner de a dos, te voy a poner dos cosas, a porque yo le dije a bueno, yo quisiera que me dijeras desde tu punto de vista que hago ahora. Osea ya te dije que me pusiste peor y todo el asunto, pensando que era él ¿no?... que me pusiste peor ese asunto, ahora dime que hacer, tu eres responsable de eso, ahora dime que hacer. Digo yo tenía esa visión antes, no la tengo ahora. Así se lo dije, ahora dime que hacer. O ya no voy a regresar. Me dice si, si te voy a decir qué hacer, tienes dos opciones, ponerte a*

*trabajar, ese es un camino, la otra es seguirte haciendo pendejo. Entonces yo era muy este...reservado en cuanto a las malas palabras, o groserías, no decía groserías, ni una, ni una,. Y cuando me dijo eso me movió mucho. Entonces le dije, como que hacerme pendejo. Pues sí, es que te has hecho pendejo toda tu vida. Porque no has trabajado, ese odio que sientes, esa frustración, esos miedos, todas esas cosas no... quieres trabajarlas...o te quieres seguir haciendo pendejo. Me dejó con agujas (acupuntura) y me dijo... piénsalo. Entonces lo pensé, y me dejó como unos cuarenta minutos con agujas, regresó... y me dijo... bueno cual es tu respuesta... entonces le dije... pues si quiero trabajar. quiero trabajar y me dice... bueno, entonces te voy a invitar a un grupo de cuarto y quinto paso, donde se hace esto, bueno me dijo como se pasa el mensaje, me pasa el mensaje, yo tenía problemas de horario para variar, en ese entonces estudiaba francés en la noche. Y me dice pues mira, es tu vida o es el francés, dije, no es que mi familia me va a matar, como voy a ir, pues es tu familia o es tu vida. Entonces cuando me lo puso él de esa forma, dije pues no pues mi vida, mi vida y dije, pues sí, si voy a ir. Me acuerdo que esa cita fue un jueves, y la primera junta era el lunes siguiente. Entonces tuve pocos días para arreglar mi situación en cuanto al francés, en cuanto a mi familia, y decidí venir. Y por eso vine.”*

10. VIOLETA, 30 AÑOS:

*“Bueno, en primera fue por un conocido, entonces ya él invitó a mi cuñado y ya fue el primero en venir él y ya después el, fue el que me invitó, por lo mismo de que el veía como maltrataba a mi hija, entonces el decía vamos... y entonces fue que vine, por eso...”*

11. DELFA, 26 AÑOS:

*“Por medio del que ahora es mi esposo, el vivió primero su experiencia y pues como yo vi que si empezó a cambiar muchas cosas fue que yo me animé.”*

12. NINFA, 38 AÑOS:

*“...mis suegros tenían problemas, mi suegra se iba a ir de la casa, y le dije, sabe que no se vaya quédese aquí conmigo, le dije, que mi suegro se quede solito porque tomaba mucho y le hacía muchas cochinas, déjelo en su casa y el solito va a salir, pero también usted ya déjelo; y se quedó conmigo. Para esto mi esposo ya tenía dos años que no tomaba, cuando*

*yo decidí dejarlo me dijo, no es que yo ya no voy a tomar, entonces quédese conmigo, estuvo 15 días, y luego dice mi suegro, ya regrésamela dice, ya me voy a portar bien, le dije, no yo creo que no se la voy a dar, yo creo que si sí se la doy pero si va a ese grupo que dice mi hermana que ella ya fue y que me ayudó mucho. Está bien, dice, dime como es y yo voy, y ya le preguntó a mi hermana y la trajeron, entonces, cuando él regresó me decía la gente que él cambió mucho, era muy enojón y tomaba mucho, él tomaba diario ya, fue un cambio totalmente, y enseguida se viene mi suegra, también cambió, pues... también cambió, pues porqué cambian tanto, qué les hicieron, porqué no hablan, porqué vienen hinchados de su cara, osea yo empecé a decirme yo solita, dije porqué cambian, que les harán, que les dirán. Y dice mi hermana, es que no nos quieren decir que hacen, pues no vamos. Le digo, no ... yo creo que yo si voy a ir, le dije, y luego te platico qué dicen, dice bueno está bien..."*

### 13. CEDRO, 65 AÑOS:

*"Pero en ese inter, fue cuando todavía no llegaba con ese doctor, fue cuando vine a dar al grupo, entonces este, en una consulta de acupuntura la doctora me empezó a decirme que gritara, que mentara madres en fin, que porque yo no tenía dolores de cabeza, mi problema es que es una presión arterial muy alta por estrés. Entonces me dijo que gritara, que mentara madres y todo. Y le dije sabes que, no me pidas eso, que llorar, no me pidas eso, porque yo no sé llorar, y me dice, es que si usted no me ayuda yo no puedo hacer nada por usted. Y me empezó a presionar que se me empezaron a salir las lágrimas, tenía yo una rabia porque había faltado a algo que no era para mí, y yo te puedo asegurar una cosa, que si hemos estado en la parte de arriba, en el siguiente piso, me aviento por una ventana, porque quiero decirte que esa depresión y ese recordar mi niñez y todo, yo tenía muy claro darme un tiro. Dije, esta es la solución, pero algo sucedió que me puso aquí, entonces cuando le dije, sabes que..., no me pidas eso, ya no quiero vivir, y me dice, eso sí que no, usted tiene una vida por delante, me empezó a echar un rollo y dice, aquí tenemos un grupo de alcohólicos anónimos, le digo, pero yo no tengo nada que hacer ahí, yo no tomo ni fumo, entonces no tengo porqué. No pero es que ahí que se ve que bulímicas, anoréxicas, locos... todo el rollo que conocemos no, así que hoy soy las inscripciones, anímese, mira animado no estoy pero, pues voy, no me interesaba."*

14. ALELÍ, 49 AÑOS:

*“A mi hijo el mayor lo invitó su esposa, y a su esposa lo invitó un padrino de allá de Santa Rosa, pues como son primos, invitaron a mi nuera, luego mi nuera a mi hijo, pero mi hijo no quería ir, así como que... nooooo..... no creía mucho en eso y entonces la vivió mi nuera, y hasta mucho después, creo casi un año la vivió el, y yo cuando vine, porque no vine a despedir a mi nuera, porque no supimos como que así nadamás que vivió una experiencia, pues hay que suave, si es para que esté bien pues que suave, pero yo no sabía que tipo de experiencia, ni nunca tuve la curiosidad de preguntar, soy así una suegra como que si me quieres platicar bien, si no, no, no ando ahí queriéndome meter en todo, como que trato de no ocasionar muchos problemas. Entonces la vivió mi hijo y, cuando lo vine a recibir, no, yo sentí bien bonito porque me abrazó, y recuerdo que me dijo, perdóname mamá si no soy el hijo que tu deseabas, eso como que me dio en la torre, dije.. ¡ayyy! , yo siempre he dicho que tengo unos hijos maravillosos, muy nobles, muy compartidos, entonces para mí son buenos hijos, entonces cuando me dijo eso, dije... hay algo paso, entonces él invitó a mi esposo, vino mi esposo, y después vino uno de mis hijos y vine yo. Así nos enteramos de Victoria.”*

15. CAMELIA, 27 AÑOS:

*“Si, yo estaba muy depre... caí en depresión, conocí a una amiga que me pasó el mensaje, y pues igual, tardé como cinco meses en venir, en lo que me decidía.”*

16. CIPRÉS, 36 AÑOS:

*“Pues... yo tenía un hermano de hecho aquí que ya no viene, y él me decía antes de que yo me separara, que viniera, que probablemente me iba a ayudar mucho en llevar mucho mejor a mi familia, pero no le hice caso, porque, pues realmente como todo mundo prejuzga al grupo... hay es puro pinche enfermo, puro alcohólico, entonces yo la verdad no tenía problemas con el alcohol ni con drogas y por eso, como él me invitó, pues si hubo una temporada en que empecé a tomar, a tomar, a pesar de que no llegaba a emborracharme, pero sí tomaba, tomaba bastante, y yo me di cuenta, antes de llegar al grupo, me di cuenta de que me estaba engañando a mí mismo, y tomé la decisión de dejar*



*de tomar y aproximadamente, antes de llegar al grupo tenía 4 meses de haber dejado de tomar. Y en eso estaba, necesitaba más que nada... apoyo y lo encontré aquí.”*

17. OLMO, 33 AÑOS:

*“Por mi primo, mi primo me invitó hace seis años. Obviamente como buen alcohólico no acepté la invitación en aquel entonces...”*

18. NOGAL, 41 AÑOS:

*“Si estaba bastante, bastante.. emocionalmente bastante dañado, y conozco a una madrina en el mismo trabajo que me invita y me dice: sabes que, yo estoy yendo a un grupo donde le ponen a las cosas por su nombre, y donde nos dicen realmente lo que tenemos y hacia donde podemos ir. Fue en una comida, me dice: te gustaría ir... mi respuesta fue sí... y todavía se regresa y me dice... ¿de veras quieres ir? le digo sí.”*

## **Categoría 2. Motivo por el que decide escribir.**

Se observa que todos los entrevistados tenían identificado un malestar emocional en su vida (a excepción de un caso que sólo asistió por acompañar a su amiga), como soledad, depresiones profundas y el consumo de alcohol, en ese orden. También se observa que los motivos pueden englobarse en dos grupos: los que reconocen que el “problema” está en ellos y los que señalan a factores externos como fuente de su situación. Los más son los primeros, con expresiones como “era muy intolerante”, “tenía miedo a enfrentar la vida”, “maltrataba a mi hija”, como se observa en las siguientes respuestas:

1. JAZMIN, 27 AÑOS:

*“Antes era un vacío, no, un vacío en el cual primero fue mucho tiempo de búsqueda, tres años en la Iglesia, otros tres en psicólogo, otros tres con los amigos, en el relajó, pero cuando llegué a 4° y 5° paso yo llegué con esa necesidad de sentirme querida, de no sentirme sola, creo que era más lo que a mí me traía en ese momento, más allá del alcohol o la droga era lo que me estaba causando ruido”.*

## 2. LAVANDA, 26 AÑOS:

*“Pues de la patada, me sentía muy mal, deprimida, no me daban ganas de vivir, siempre estaba muy triste, siempre desilusionada porque una persona me había dejado y este, yo ya pensaba hacer mi vida con ella y pues no fue así, me engañó con mi mejor amiga, y ahí se derrumbó todo, de hecho ya casi hasta pierdo la escuela, ya me quería suicidar, este..., si hubo intentos, dos intentos pero nunca me atreví porque pues soy una cobarde, y nunca lo pude hacer...” “...yo ya sabía del grupo, ya me habían invitado desde hace dos años, pero yo no quise, yo decía, no, no es para mí, yo no tomo no fumo ni nada...” “... porque yo ya no quería vivir así, me sentía muy sola, muy triste, de hecho cada ocho días ya era de tomar y tomar, y una vez si me puse hasta el gorro, y así andaba en el metro. No sé como llegué a mi casa, este... pues sí hice muchas cosas tomadas, también me fajé con un chavo que después me arrepentí, y hasta la fecha me sigo arrepintiendo, pero este, pero bueno eso ya se quedó allá, pero si todo eso se juntó, pues se casa mi primo y eso también como que me llega, vivía con nosotros, y pues me llegó así de ya nos va a dejar y eso, pero también en ese momento, ahora lo pienso, y digo, fui egoísta porque pues él tenía que hacer su vida como ahora yo la quiero hacer, entonces pues... este, ser egoísta en ese momento, pero sí me sentía muy mal”.*

## 3. ALAMO, 31 AÑOS:

*“...tenía ya muchos problemas en cuanto al alcohol sobre todo, también traía problemas con droga, pero más fuerte era el problema con el alcohol, por eso es que... ya había estado yo en un grupo tradicional de AA pero no me había quedado, yo no le había funcionado al grupo, o más bien al programa, y decidí dejar de asistir, y después de tres años y fracción que dejé de beber volví a beber...” “..bueno, había desintegración familiar, cuando llego yo a este grupo, ya mi familia prácticamente me había dejado, pus el alcohol..., si trabajaba yo, pero realmente nadamás trabajaba para tener dinero para beber, me dedicaba a beber tres, cuatro días a la semana, medio trabajaba, y pues era lógico, había maltrato, tal vez no físico, pero si había mucho maltrato emocional hacia mi pareja...” “...yo sabía que algo no estaba bien, pero no sabía que, osea yo sabía que no estaba bien mi forma de beber, que no era sano el tratar así a mi familia, porque igual estaban mis hijas y, aunque estaban muy pequeñitas pero ya me veían a mí llegar borracho*

*a cada rato, entonces yo pues sí me sentía mal, pero no encontraba el.. la forma de detenerme..."*

4. MARGARITA, 29 AÑOS:

*"Por depresiones profundas..." "...yo me imagino que a soledad principalmente, osea ya mucho resentimiento, mucha soledad, mucho todo, osea pasaba algo y yo me venia abajo, osea, eran periodos de 1 año de 2 años que yo estuviera bien y a esos 2 años pasaba algo y yo me venia para abajo, intentos de suicidio..." "Me golpeaba en la pared, en los nudillos, me golpeaba mucho, intenté cortarme las venas, pero no tuve el valor, o la cobardía afortunadamente, no comía, me la pasaba durmiendo, me la pasaba así como que mi estado emocional osea... yo me imagino que era como de protección, me sentía así como en la tercera dimensión, nadamás sobrevivía, no vivía, entonces cuando me entraban esas crisis, cualquier cosita que me hicieran, yo soltaba la lágrima, y era un control, como yo daba clases con niños, pues los niños son bien perceptibles, entonces me decían: ¿qué le pasa Miss?, ¿qué tiene?.. y yo: nada, nada, pero yo no me atrevía a mirarlos a los ojos porque yo sabia que si los miraba a los ojos iba a terminar llorando allí, entonces finalmente convencí a esta persona de que me trajera".*

5. DALIA, 49 AÑOS:

*"...también recuerdo cuando vine a la entrevista me preguntaron: y usted a qué viene, no pues yo vengo porque quiero tener una relación mejor con mis hijas, porque también peleaba mucho con ellas.. dice: toma, se droga... no, ¿fuma?... si, y nadamás por eso viene, si, nadamás por eso vengo... pásele. Ya pasé a la junta".*

6. OYAMEL, 27 AÑOS:

*"Yo creo que sentía la necesidad de encontrar, como respuestas a todas las preocupaciones, a todos mis problemas emocionales que venía cargando hasta ese tiempo..." "...Mira, yo en lo personal he sido una persona muy dependiente de mis padres, de mi familia. fui un hijo único varón entre puras mujeres, entonces a mí se me consintió muchísimo, entonces yo como que siento que creó un apego muy fuerte ahí, yo creo que si le pudiéramos poner un nombre sería un miedo a vivir, yo creo que un pánico a hacerte*

*responsable de tus cosas, aunque en lo consciente, si se puede decir, yo sabía, o yo sé cuáles son los puntos que tengo que cambiar, pero me estaba haciendo falta, hasta el momento algunas cosas que sí tengo que seguir trabajando obviamente, pero me hacía mucha falta encontrar ese valor, como que no encontraba de donde, ni como, ni qué hacer..” “...Pues un valor para vencer esa indecisión de hacer las cosas, de decir ya, a ver déjese de tonterías y mejor póngase a hacer algo. Y obviamente resolver y llorar muchas cosas que tenía, también yo sabía que me hacía falta una terapia pues realmente genuina, si pudiéramos decir así, que me valiera que me dejara totalmente satisfecho...”*

7. SAUCE, 29 AÑOS:

*“Mira... son varios factores. Uno de ellos era la intención por conocer qué onda con la gente, porque llega a esos estados tan apocalípticos de su vida...” “...destructivos, es decir, que uno va a esos lugares cuando uno ya no tiene control de sí, ya no hay razón, ya no hay lógica, ya no hay nada, entonces solicitan, de alguna manera el servicio. Para mí el hecho de haber estado en Victoria fue como tomar un curso de vida. No puedo decirte que no soy adicto, porque si lo soy...” “...también para ser un escalón para algunas otras personas cuando están en algún problema, puedo recomendarles donde ir y hasta como hablar con ellos. Por eso, por eso lo hice. (se refiere a la asistencia al grupo)...” “...otra parte (de su asistencia) fue que todo empezó a coincidir con una separación, y fíjate que, es curioso, hace unos días, después de... que habrá sido, dos años y medio, no veía a esta persona...” “Entonces ella fue uno de los motivos también, por los que quise entrar a Victoria, y reafirmar otras muchas cosas, como... mi espiritualidad, mi templanza, ese temperamento, la humildad, ese tipo de cosas que son importantes para mí, la humildad sobre todo que es algo que me ha costado mucho trabajo, pero estoy trabajando en ello. No quiere decir que porque ya haya hecho el 4° y 5° paso quiere decir que ya estoy libre, no, creo que es un trabajo de por vida, porque las pruebas constantemente se están presentando, entonces es importante seguir trabajando con la vanidad con el ego... con la humildad”.*

8. ROBLE, 30 AÑOS:

*“Pues supuestamente yo me sentía bien , osea yo no necesitaba nada, pero sí ya era de que tomaba era hasta que me embrutecía y ya al venir aquí fue cuando me empecé a dar cuenta*

*de que pues si me hacía falta algo, osea un cambio en mí, porque si ya era.... y más, más las emociones que traía encontradas, era lo que más me acababa antes de venir”.*

9. TULE, 23 AÑOS:

*“Bueno asistí por problemas emocionales que en un primer momento no había yo sentido, sabía que estaban ahí, pero no lo había yo visto, pero sabía que algo estaba mal, entonces empecé a buscar por medio de un maestro que venía aquí al grupo que tenía en la universidad, él me dijo que no me podía tratar ni en acupuntura ni en nada de eso porque pues era su alumno” “....sentía mucho miedo, sentía miedo a enfrentar, pues a enfrentar mi vida, a enfrentar odios que yo tenía, enfrentar resentimientos, empecé a sentir mucha tristeza, mucha melancolía y mucha frustración porque no podía llorar. Tenía muchos años de que no había llorado, me sentía muy solo, este.... sin ilusiones, no sé, me sentía muy deprimido..”*

10. VIOLETA, 30 AÑOS:

*“Por mis hijos y porque todo lo que viví de chica, y porque este... todo lo que viví de chica y pues si era bien difícil no... con mis hijos bien difícil... pues porque estaba acostumbrada a vivir de otra forma, entonces todo eso que me pasó cuando yo era niña pues lo quería yo hacer con mis hijos, con mi hija más bien, porque antes de que yo fuera nadamás tenía a mi hija, entonces pues si la maltrataba mucho, le pegaba, la maltrataba, era eso...”*  
*“...Pues no tanto el maltrato, sino que siempre estaba solita, y si pues golpes tampoco porque tampoco me pegaba mi papá , pero con sus palabras que me decía pues eran más que golpes, pues entonces como iba a tratar yo bien a mi hija, si eso me había enseñado mi papá, pues hora sí que él me enseñó y yo lo hacía con mi hija... pues por eso era que yo vine..”*

11. DELFA, 26 AÑOS:

*“Pues la situación, la de antes y la de ahora, porque ya reincidí, de que me enojo muy rápidamente, osea soy muy poco tolerante, entonces, pues sucede que yo tenía muchos conflictos con mi actual esposo, en ese tiempo no estábamos ni casados ni siquiera estábamos viviendo juntos y entonces tenía muchos problemas con él porque, pues era muy*

*poco tolerante y pues básicamente era eso. Crear ahí rollos con mi papá de que yo sentía que le debía mucho, con mi mamá, con mis hermanos y demás, entonces ya me sentía en un límite, que ya necesitaba trabajar todo eso. Y sobre todo porque llegó el nacimiento de mi hija, y como que yo sentía que descargaba cierto estrés que traía con ella...” “Pues no toleraba escucharla llorar, no toleraba y quería que se callara rápido o no la atendía como debía, evadía como que un poco mi responsabilidad con ella y por ejemplo, me escudaba mucho en irme a la escuela, entonces, pues de ahí, fue cuando me empecé a dar cuenta que yo descuidaba mucho el estar con ella, pero yo creo que por todo lo que venía atrás, osea todos los problemas que no me caía todavía el veinte, como que no quería asimilar que ya era madre, que ya tenía otra responsabilidad, que ya tenía que vivir con su papá y demás no”. “...de que osea de mi papá que yo sentía que era muy autoritario, pues no era así, ahora que ya soy madre, pues ya lo veo que era más porque me protegía. Pero antes yo lo veía como que no me dejaba salir a ningún lado, que yo pedía una cosa y no me la daban, con mis hermanos bueno, que a la fecha, sigue siendo que siempre me han visto como la más tonta de la familia, como que la que no sabe nada, como que mejor tu no hables, osea siempre me han aislado todos, en general hasta los más chicos que yo, pues entonces todos esos problemas que existían ya en la familia, y que no había absolutamente ningún tipo de comunicación con mi mamá, osea si nos hablábamos, si llegaba a platicar con ella de cosas de la escuela, a lo mejor de que me había gustado una falda etc., pero ya cosas personales, así propias de que, mira tengo tal novio o me siento así, nunca lo platicué con ella. Entonces como que eso también era un peso muy fuerte para mí, porque yo lo quería hacer, pero no tenía como que la pauta, no existía ese vínculo que pudiera permitir que pasara.”*

12. NINFA, 38 AÑOS:

*“Pues antes de venir a escribir yo me sentía mal, yo sentía que la vida ya no tenía sentido, se me hizo un nudo a la garganta, pues bueno me sentía muy mal porque yo ya no le encontraba sentido a la vida, si me sentía sola, estaba harta de todo...” “Bueno, el primero fue la relación con mi esposo, que no me llevaba yo bien con él, porque pues él tomaba mucho, en ese entonces yo decía, yo me casé con él porque pues él no tomaba, no fumaba, no nada, cuando yo me casé con él pues todo cambió drásticamente, los niños, todo...” “...*

*pues yo me quedaba casi todo el tiempo con ellos (con los niños), y él se dedicaba a tomar y en el trabajo y pues si yo me sentía muy sola, aparte de que tomábamos mucho. El caso es que también con mi familia yo nunca fui muy dada a decirles, saben que, me siento mal, tengo problemas, osea mis problemas eran míos y ni con la gente me gustaba platicar, entonces yo siento que fue el hecho de que me aparté y la soledad”.*

13. CEDRO, 65 AÑOS:

*“Dije, esta es la solución, pero algo sucedió que me puso aquí, entonces cuando le dije (a una acupunturista), sabes que, no me pidas eso, ya no quiero vivir...”*

14. ALELÍ, 49 AÑOS:

*“De la chingada, no dormía, tenía muchos resentimientos, mucho coraje hacia muchas personas, yo tengo un hermano que falleció de SIDA, yo lo quería muchísimo, entonces cuando falleció él fue la gota que derramó el vaso de agua, porque entre mis hermanas y yo había mucha envidia por parte, sentía yo que por parte de él, porque económicamente yo estaba mejor que ellas, osea yo siento que no me voy a llevar nada cuando me muera, pero bueno, hay quienes le dan mucha importancia a lo material, y yo lo confirmé con él, que el dinero vale pa’ pura... porque no pudimos hacer nada, se murió. Entonces de ahí hubo más broncas, y bueno yo estaba muy resentidas con ellas porque yo veía que lo que les interesaba a ellas era lo que había dejado, a quien, a quien se le quedó, y sorpresa, casi todo a mí, entonces pues... yo lo repartí entre todas las que éramos, pues a mí el dinero ni me va a ser mejor ni... y lo repartimos, pero ni aún así. Mi esposo me decía, les des o no les des, tus hermanas no van a cambiar su actitud, dijo eso, pues entonces vivía con mucho rencor, con mucho resentimiento, mucho coraje, muchos miedos...”*

15. CAMELIA, 27 AÑOS:

*“Porque estaba casada y entonces mi esposo sufrió un accidente, y tuve problemas con su familia, porque me quisieron, ahora sí que me dijeron... tu tuviste la culpa del accidente y pasaron muchas cosas muy difíciles, hasta que llegué al límite y decidí ya salirme de ahí de su casa”.*

16. CIPRÉS, 36 AÑOS:

*“Pues mi motivo por el que vine al grupo es que... me separé de mi esposa porque... por una infidelidad que ella cometió conmigo.. y si la verdad si me dolió mucho porque.. el tiempo que estuve con ella, osea como familia.. yo siempre la procuraba, procuraba que no les faltara nada, osea, todo lo que yo trabajaba y ganaba era exclusivamente para mi familia. había ocasiones en que yo no me compraba ni siquiera ropa, zapatos, nada, todo era para ellos, pues era mi prioridad, mi familia y si me dolió bastante... el que yo me haya dado cuenta de que me estaba engañando”.*

17. OLMO, 33 AÑOS:

*“Bueno, más que nada había mucha soledad, mucha prepotencia, era muy agresivo antes de venir a escribir, me defendía ante todo y para todo, de cualquier cosa que me hacían era para defenderme, me sentía... estaba muy alejado de la familia, prácticamente la soledad me la hice yo solo, es como me sentía yo”.*

18. NOGAL, 41 AÑOS:

*“Entonces me llegaron muchas emociones, en el momento de decir... he estado 15 años en un trabajo, he dado toda mi vida en un trabajo, supuestamente yo era el más importante en mi trabajo, como es posible que me estén tratando así. Caí en un tema de depresión muy grande, de hecho llegó un momento en que yo incluso pensé que si me llegaba a morir el día de hoy, pues mañana seguramente no pasaba nada, no soy casado, no tengo hijos, pues dije, mi mamá de seguro se consuela con mis hermanas y mis hermanos por allá tranquilamente”.*

### **Categoría 3.- Hechos trascendentes en su vida.**

Partiendo de la concepción de los tres instintos inherentes al ser humano planteados por A.A.: sexual, material y social, se observa una gran incidencia, dentro del aspecto sexual de intentos o violaciones sufridas en la infancia, solo 3 de las 18 personas entrevistadas no reportan algún hecho al respecto. Los hechos relacionados con el aspecto



social, es decir, con las relaciones interpersonales, equivalen al resto de los hechos registrados, cabe especial atención la ausencia del padre como un factor importante que moldeó muchas de las actitudes en la vida de las personas.

1. JAZMIN, 27 AÑOS:

*“...me di cuenta de que mi padre me había violado, me di cuenta del porqué empecé a drogarme, de porqué me empecé a tomar... por soledad, porque mi hermana, a la edad... yo entré a los grupos religiosos a los 13 años y a los trece años empecé a tomar, por llamar la atención de mi hermana, y por supuesto, si mi hermana anda con su novio, pues a Sandra no le hacen caso, mi hermana sale de este grupo, yo cumpla 16 años estando dentro del mismo grupo, y mi hermana sale embarazada, se va, y este, en cuanto ella se va empiezo a drogarme también, yo no tenía necesidad de tener dinero para la droga, a mí me la regalaban, mis amigos así de que toma, toma y toma, y pues a uno así de que vientos no, osea yo no gasto, cuál es el problema. El problema es que el vicio fue creciendo...” “Fue a los 15, ya fue para cumplir quince, 15, 16 años, en la escuela...” “Decidí consumirla porque mis, primero me dejé llevar por ellos, no así de: no esto no te va hacer pensar, al contrario, te va a hacer sentir mejor, mira te va a ayudar, y con tanta presión que yo tenía en mi cabeza, quería encontrar algo que realmente me hiciera olvidar que mi hermana se hubiera embarazado, que me haya dejado sola, porque si bien no me hacía caso, era mi único soporte dentro de mi casa, no porque yo con mis papás, mala relación no tenía, pero tampoco nos hablábamos muy bien, y cuando nos llegábamos a hablar era fines de semana porque ellos trabajan todo el día, y cuando llegaba mi papá de trabajar era el que, es que estoy cansado, es que no me molestes, es que vete a dormir, todo eso durante ese tiempo pues si me causó, así como que ya... ya no quiero...luego mi hermana se embaraza y se va, fue cuando detoné porque yo ya traía el alcohol encima...”*

*“Lo que me costó más trabajo fue el recordar el, así, que fue cuando yo lloré cuando me desplomé, cuando falleció mi hermano en mis brazos, no, el empezar a poder construir esa imagen, desde que salgo de mi casa hasta llegar al hospital de traerlo en los brazos, todo esa imagen fue muy fuerte, y ahí me troné. Otro de los hechos así muy, muy cañones, fue cuando se lleva mi hermana a mi sobrino, desde como me engañan para no estar cuando ella llega por el niño, hasta cuando yo llego a mi casa y ya no encuentro nada, ni ropa, ni*

*cuna, ni nada. Esos dos hechos, son los que mas me han... me marcaron, esos hechos me han marcado, me marcaron muchísimo. La muerte de mi abuelo, también es una de las que dices... ¡Ay!.. porque mi abuelo fallece un 19 de septiembre, el día del temblor, que tiene, como 20 años, y mi mamá viéndose así, me habla y yo andaba de jarra, de hecho por esa llamadita hasta se me bajó, porque fue así de: tu abuelo se murió te quiero aquí. Espérame no, recordar esa imagen, yo no le hablaba a mi familia, a la familia de mi mamá desde hace un año, cuando yo llego a esa casa, a la casa de mi abuela, todos la empiezan a abrazar, todos me empiezan a hablar. Ese hecho me dolió mucho porque fue cuando empecé a decir, bueno porqué se tiene que morir alguien para yo poderme acercar a mi gente, ese hecho fue muy doloroso, porque me enfrenté a doblar mi ego, a bajar las manos, a poder decirle a mi abuela te quiero mucho, perdóname por lo que te hice, y aún fue mucho más pesado porque a mí me tocó vestir a mi abuelo, a mi me tocó arreglarlo, me tocó llevarlo al panteón, con mis papás, y fue demasiado fuerte, porque yo traía el recuerdo de que conmigo se fumó su último cigarro, conmigo se tomó su último desayuno, y de repente, lo veo en la mañana y de repente me dicen sabes que ya no está...”*

## 2. LAVANDA, 26 AÑOS:

*“...yo había tenido intentos de violación con uno de mis tíos, aparte cuando uno es chavo pues también los fajes y todo eso pero llegan más allá de... cuando estás allá te das cuenta que son más allá de..., y si me dolía mucho porque, pues esa persona si me hizo mucho daño, osea yo pensé que no, pero al estar escuchando a esas personas, este, me hizo mucho daño y después yo hice daño, como dicen, el antes y el después, hice también mucho daño a dos de mis primos que me dolió mucho...” “...sí, por ejemplo, en lo sexual, fue así cuando mi tío me empezaba a tocar, el rollo de decir, uta que me está haciendo, este, de hecho hubo un hecho que todavía lo recuerdo, ya no me acordaba hasta ahorita que estaba... me acuerdo que luego iba a su casa y me acostaba a dormir con ellos y me ponía la mano en su pene, y eso yo decía que onda, yo pensaba que era su dedo porque yo nunca había visto un pene, osea así te lo juro ni un pene de un hombre así ya mayor, ni se lo he visto a él, pero bueno se lo toqué y yo decía que onda, tenía como 8 años, entonces era así como que onda que es esto, pero yo cerraba los ojos porque me daba mucho miedo, de hecho a mi no me gustaba ir a su casa, ni que me saludara, porque luego me daba el beso casi así en la*

*boca, este era muy feo sentir eso. También el hecho del daño que les hice a mis primos, por ejemplo, de decir, puta que daño les hice, osea a mí me tocaron y luego los toqué a ellos, pues obviamente que nos gustaba porque si lo puedo decir nos gustaba”.*

*“Y ya en lo emocional, pues sí fue bien cabrón porque fue darme cuenta que mi mamá siempre quiso más a mi primo y no a sus hijos, sino a su primo, bueno digo perdón a mi primo, a su sobrino, este.. ella nos dijo, a ustedes si me pusieran a escoger entre los cuatro, siempre lo escogería a él, y a ustedes tres pues no, así nos lo dijo. Y eso pues... puta, me pegó un chingo...”*

*“...porque sí también a mí papá cuando estábamos chiquitos pues era, pues si nos llevaba a pasear y todo pero también nunca estuvo platicando conmigo, de hecho a mí lo que me pegaba mucho en ese momento era de que no me dejaban tener novio, osea ya tenía 22 años y no me dejaban tener novio, osea, yo tenía que andar con las personas a escondidas, y nunca podía llevar a mi casa a un chavo porque, porque mis papás se encabronaban, mi mamá decía, hay que... primero ponte a estudiar, primero aprende a lavar tus calzones y luego ya, pues eso también me pegaba un buen. También el rollo de que murió mi abuelita me pegó un buen, de decir, puta se fue, osea yo en ese momento me di cuenta que no la había dejado ir, como todos, no que no la había dejado ir, que todavía ahí estaba ahí, que estaba todo ese dolor. También de que siempre me sentí la más fea del universo, un chavito me dijo una vez, tenía como 14 años y me dijo, pues que nunca te has visto en un espejo, si estas bien pinche fea y así vas a seguir siempre, y me quedé con eso, hasta en ese momento me quedé con eso, y pues si ha sido de los hechos que más me han dolido, siempre me traumó, siempre me veía al espejo y siempre me veía fea, osea nunca me veía bonita, nunca una sonrisa, osea siempre triste deprimida, bien flaca, porque también me pegó el rollo de la anorexia, de decir, no quiero comer y no quiero comer y no como, osea no me daba hambre, vomitaba, lo que comía lo vomitaba, según era la gastritis, pero no, sabemos que cuando te lavas los dientes, pues ahí va ¿no?, entonces es el pretexto, este, no llegué a los extremos, tuve principios de anemia pero pus llegué aquí y se resolvió el problema.*

### 3. CUCHALALATE, 31 AÑOS:

*“Si bueno, sobre todo la cuestión de las relaciones con homosexuales que tuve dos veces relación con homosexuales, eso era una parte que a mí me costaba mucho trabajo... pues*

*sobre todo no hablarla, más bien aceptarla porque yo me había formado la idea de que eso no era cierto, o que lo había hecho pero como que en un sueño, como que era cuestión de algo como que había sido en un sueño o que había leído, osea no aceptaba esa parte de mi vida, creo que es lo que más me costó escribir”.*

*“...y bueno no, no sé a lo mejor encontré que yo, muy en el fondo yo había sentido o sentía que había matado a mi papá, eso también me costó mucho trabajo aceptarlo, hay otra, por ejemplo, bueno con lo de mi papá me costó trabajo aceptarlo porque él me encontró drogándome alguna vez, me golpeó muy fuerte y de ahí se le desarrolló la diabetes, entonces fue el tenerlo en constante tensión, en constante enojo, y yo sentía que no lo había cuidado que no había estado con él el tiempo necesario, pero sin embargo me negaba a aceptar también esa parte de mi culpa, se puede decir, y por ejemplo con mi niña, que tengo una niña que tiene retraso psicomotor, bueno, ahora me doy cuenta de que la causa de que ella tenga ese retraso fue porque yo tenía relaciones sexuales estando alcoholizado o drogado, y eso era algo que tampoco aceptaba, que yo decía que no era cierto que eso era, en este caso, siempre lo justificaba que era la voluntad de Dios. Entonces esas tres cosas son las que mas identifico que me habían hecho daño en la vida, o que me había causado daño yo mismo”.*

#### 4. MARGARITA, 29 AÑOS:

*“...lo que a mi se me vino a la mente en ese momento fue mis intentos de violación, de mis tíos y todo eso, acordarme de querer defenderme como niña, osea de querer defenderme de mi mamá de sus golpizas, entonces todo se me vino así como que... fue horrible en su momento...”*

#### 5. DALIA, 49 AÑOS:

*“...pues de niña, pues sí... fui violada tres veces, después... ya ahora que estoy en el grupo ahora entiendo, que todo el despertar sexual, pues me lo despertaron desde niña, entonces ya después pues tenía un novio, y tenía otro novio y andar así por la vida, y así lo escribí, tal y como es... tuve.. uta... un chorromontón de novios madrina, que dicen que la honestidad, yo creo que eso me sirvió mucho”.*

*“Después otro hecho que me costó mucho trabajo fue, pues el que tuve yo muchas carencias, pues lo que más medió en la madre fue darles carencias a mis hijos. Osea vas entendiendo muchas cosas, dices chales... , por eso le digo que dije... ¿todo esto he hecho de mi vida?, osea mi vida, por ejemplo, el daño que me hicieron, y el daño que yo también hice, porque este, le hice daño a mis hijos, o hacerle daño a terceras personas, osea en el sentido de... a mi hijo el mayor si me lo madreaba al cabrón, pero no crea que porque quería pegarle madrina, si no porque era bien maldoso, hacía muchas maldades. Ahora entiendo que el buscaba, de una forma buscaba llamar la atención, ahora si lo entiendo, antes estaba yo bien pendeja”.*

*“Pues... mire a ellos (a los hijos) les hice daño en ese sentido, de que luego yo me iba a las fiestas, me iba a tomar.. los dejaba yo encerrados... bueno no, no encerrados osea, les dejaba la puerta abierta pero sí... era una vale madre, porque me largaba y dejaba a mis hijos solitos no, cuando yo llegaba mi hijo estaba ahí en la puerta esperándome... pobrecito de mi hijo.. osea esas fueron las cosas mas dolorosas para mí...”*

*“...osea la sociedad me dañó tanto que.. por ejemplo, el ser madre soltera, uta madre, como me rompieron la madre madrina, porque siempre cuando una mujer es madre soltera y siempre está sola, pues uta... todo mundo quiere aprovecharse; que pinche puta y que pinche quien sabe que.. pinche mugrosa, entonces... yo no era grosera, cuando yo empecé a ser grosera, fue en la forma en que yo empecé a defenderme de la gente que me agredía... si osea me agredía porque ahí donde vivo, tengo unos vecinos que siempre me andaban tirando, porque ahí donde yo vivo, ese cuarto me lo dejó un matrimonio... oye no te quieres venir para acá, les digo sí... entonces ahí empezaron a insultarme y a decirme que no, que yo me aproveché y que me metí ahí en ese cuarto, y empezaron a decir muchas cosas. A partir de que empecé a vender, porque también donde yo trabajaba, yo trabajé de barnizadora, barnizando muebles, trabajé de pintora, sé pintar y sé resanar, yo estuve... ahí en la secretaría de gobernación estuve de pintora, dure un año... un año y luego se terminó el trabajo de pintura y fue cundo me pasé a lo de barniz.”*

*“...también lo que me ha dolido más... mucho, mucho es por ejemplo, cuando me embaracé de mi hijo, que su papá decía que no, que no era su hijo, que lo abortara y que me iba a llevar con una... con una persona para abortar a mi hijo, y yo ya tenía cuatro meses. Y ahí estaba bien jovencita, tenía 16 años, entonces yo le dije que no, que yo iba a tener a mi*

*hijo, me dice... es que tu no vas a poder, bueno pues yo ya sabré como. Bueno, el chiste es que tuve a mi hijo, y por desgracia toda la cara de él tiene, hasta la fecha. Haga de cuenta que le quitaron la cara y se la pusieron a él.” “...siempre me decía, es que tu no vas a poder, y lo que más coraje me daba, bueno, en ese momento no me daba cuenta, sino que iba y me buscaba y ahí estaba yo de pendeja, osea, pero en ese momento yo no me daba cuenta de las cosas. Y así pasó el tiempo, después... un día me lo encontré y me dijo, mira este si es mi hijo.. a pues está bien, entonces un día nos dejamos de hablar, muchos años no nos hablamos. Cuando mi hijo ya estaba más grande, que él trabajaba en un... porque ahí donde vivo adelantito hay uno donde hacen las gorditas de las que venden en la villa, no como las que le traje el otro día, unas duritas... él estaba ahí, bueno, estábamos trabajando los tres ahí, y él se iba en el triciclo a dejar el polvo o la masa, lo que pidieran. Y andaba todo roto de sus pantalones, pero andaba trabajando, y me dice un día su papá, hay mi hijo anda todo roto pues si tu no lo ves, dice le voy a comprar ropa, fue y le dijo, sabes que, te espero tal día en tal lado. Pues nunca llegó, osea si me encabroné, porque si no le iba a comprar nada, entonces cuando yo lo volví a ver si le dije... óyeme hijo de tu pinche madre, óyeme cabrón porqué le dices a mi hijo que le vas a comprar y lo dejas plantado. Le digo, mira a mí me hiciste lo que quisistes hacerme no importa, pero con él no te pases, y luego me lo encontraba: hay es que tenía unos juguetes para mi hijo y lo andaba buscando para darle los Reyes, si sabía a donde vivíamos madrina... si ahí nadamás era puro este, pura pinche baba de perico.*

*“...traté de tomarme unas pastillas, y llegué y me empecé a tomar...ni me acuerdo.. prolalina...sepa la chingada que pastillas eran, con un chingo de coca, y dices... hay en la madre... pero Diosito me dijo, no chiquita aquí te vas a quedar porque le haces falta a tus hijos, osea fue una estupidez porque... tenía como 21 o 22 años, entonces... si después me arrepentí porque... bueno pues que estaba haciendo, estaba yo... estaba mal, porque siempre busqué el apoyo de una pareja, en el fondo yo siempre decía, yo quiero tener un esposo, tener mi casa, me imagino que es el deseo de toda mujer, tener esposo, tener hijos, y ya después de eso, pues ya... luego, luego empecé a vomitar todo lo que me había tragado, todo lo eché para afuera, una señora me dio suero y me regañó esa señora y me dijo.. no es que... te vas y con quien se quedan tus hijos. La verdad si me caló lo que la señora me dijo...”*

6. OYAMEL, 27 AÑOS:

*“...a partir de esta situación que te decía, de la pareja que tuve, una novia, pues yo digo que ella me dejó, pues sí, realmente ella se fue, pero también quien sabe que habrá visto en mí, pero entonces en ese rollo de sentirse uno el dejado y el abandonado y el víctima, yo lo que hacía, es que me puse a tomar y a tomar, a tomar, a tomar. Tengo muy presente una situación donde yo andaba ahí rogando a esta persona que regresara conmigo, y pues no, ella ya estaba con sus intereses en otro lado, pues yo me metí a su casa; más bien, yo entraba a su casa como yo era amigo de la familia y todo eso. Entonces estábamos ahí en, creo era un convivio, y pues me agarré una botella de tequila y me la estampé toda, así como de dos tragos, entonces este, pues olvídate como me puse, llegué de puro milagro ahí a la casa, y ahí ya me quedé tirado, ahí me quedé tirado, y no sé si yo ahí estaba chillando o algo así, y ya en mi casa escucharon y bajaron mi mamá y mi hermana, entonces ahí fue donde realmente dije, ya después al otro día dije, con la cruda moral y física, me acuerdo como mi mamá me llevó cargando, entonces pues no... hay no manches, eso si duele un chingo, como que ese fue de lo que ahorita me acuerdo, de las tantas cosas que hice que dije no, tu ya... como que ya no estas bien, cuando uno empieza a aceptar, más bien, porque uno se da cuenta desde muy pronto tiempo, te das cuenta cuando empiezas a tener problemas con tu forma de beber y con otras cosas, con otros vicios...”*

7. SAUCE, 29 AÑOS:

*“Una violación de pequeño, muy joven, fue algo que estuve trabajando durante muchos años de mi vida, y al llegar ahí tuve que volverlo a sacar, fue un pariente, un primo mayor que yo.. Obviamente era muy joven y se confundían muchos sentimientos.. tendría como unos 4, 5 años, más o menos por ahí, si más o menos, porque después me fui a vivir a Cozumel, eso fue aquí en México. entonces mucho tiempo lo estuve trabajando, cuando estuve en la edad de la pubertad, estuve con un par de psicólogos, muy malos por cierto, uno de ellos me dijo que era propenso al suicidio, otro me acuerdo que no tenía facultad para dar consultas, entonces de ahí comencé a trabajar por mí mismo, no con la ayuda de alguien más, de un psicólogo, sino más bien fue empezar a conocerme como persona, empiezo a crecer, tengo intención de conocer el lado femenino, en el sentido sexual, hay*

*todavía un poco de confusión pero lo trabajo, me enfrento a ello y empiezo a indagar qué onda con todo ese tipo de cosas. A este primo lo dejé de ver muchos años, ahora me lo encuentro, no muy constante, pero me ve con temor...”*

*“...fue ese trabajo también, trabajo con mi padre biológico que pues él... no estuvo. Entonces esa era otra parte que pesaba, ese como vacío paternal y todo esto lo descargué con mi madrina, por eso le tengo un cariño muy, muy especial, porque no con cualquiera puedo hablar de cosas. Digo, no me cuesta trabajo, no titubeo al decirte si... fui una persona violada.. ya lo acepté, ya pasó y no estoy cargando con eso, el pasado es pasado, estoy trabajando en mi presente, hoy, mañana ya será otra cosa...”*

*“...mi padre no estaba, mi madre se hizo responsable de mí durante un tiempo, él también pero no sé que pasó ahí y me regresé con mi madre. Ella se juntó, viví con mi padrastro, un hombre de una calidad moral, emocional muy fuerte para mi, porque al principio lo veía como.. alguien que me estaba quitando a mi madre, era algo de competir pues, él muere hace algunos años, ni muchos, tendrá como 4, 5 años, y de repente me cae el veinte de que el es... como mi padre, una persona que no me exigió decirle padre y sin embargo me dio absolutamente todo, en fin, una persona, que ahora recuerdo con un cariño excepcional”.*

#### 8. ROBLE, 30 AÑOS:

*“...fue lo que me golpeó, lo que me movió mas bien, porque en realidad yo lo he dicho fuerte y quedito, mis papás me dieron todo, pero todo lo que ellos querían porque a mí lo que realmente me hacía falta pues nunca me preguntaron, te sientes así, o te sientes asado no...entonces eso fue lo que más me dolió, estar escribiendo más, más lo de mi niñez”.*

*“Si, esto que me pasó, para mí fue una violación, no... porque, porque este no hubo penetración ni nada. Una muchacha era mayor que yo, yo tenía como ocho años mas o menos y esta chava mi mamá y mi papá la contrataban para que me cuidara a mí y mi hermano, porque este, ellos trabajaban, y luego era noche y había veces que ellos en toda la semana dormían dos o tres veces nadamás por estar trabajando, entonces esta muchacha nos cuidaba, ella ya tenía como unos 15-16 años más o menos, entonces una vez estábamos viendo la televisión y me dice que la toque, pero... ahí en mi mente todavía no volaba nada, pues yo la tocaba pero la... osea haga de cuenta que estaba a un lado de mí, le tocaba su hombro, no ahí no, hasta que me empezó a decir como e hizo que la tocara*



*en.. pues en la vagina no... y este de ahí empezó, no sé ahora lo pienso y, en palabras como yo me pueda expresar, ahora sí que se calentó, se bajó el calzón y me bajó el mío y se subió encima de mi. Entonces yo sentí miedo en ese momento por eso es que siento que fue una violación y yo todavía le decía, quítate, quítate, por el miedo que yo tenía y ella, pues terca. Le digo, no hubo penetración de mi parte hacia ella, pero yo lo sentía así porque abusó de mí, emocional, sexualmente y me marcó eso no... entonces de eso mi mente, más bien yo... por completo lo único que buscaba era pues desquitarme con las mujeres no... fuera quien fuera, yo decía, pues esa me la hizo, esta me la paga y así fui creciendo con esa mentalidad, pero para mí si fue eso..."*

*"Si, me costó mucho en el aspecto social, cuando mi hermano se cayó. El tenía como 4-5 años más o menos y este, me acuerdo que esa vez estábamos jugando, eran unos cancelos de... estaban viejitos, tenían vidrios, estaban hasta.... arrumbados por ahí. Entonces no me acuerdo si fue mi papá o mi abuela que pusieron un colchón recargado ahí, entonces nosotros corríamos y rebotábamos en el colchón. Pero una de esas se resbala el colchón y mi hermano sube corriendo y en lugar de dejarse caer de resbaladilla, se avienta del otro lado, entonces cae con su cabeza hacia atrás, rompe el vidrio, se le encaja uno aquí atrás y uno le cae en el ojo. Y eso me dolió mucho, y si, todavía ahorita lo siento pero ya lo recuerdo no como doloroso, sino como algo que... haga de cuenta que veo una película y hay guey... no.. osea si me mueve, pues de porque mi hermano este, del tiempo que estuvo hospitalizado y todo eso, volvió a gatear porque ya no podía caminar otra vez, eso me dolió mucho también".*

*"Si, cuando mi abuela murió. Porque este, en ese tiempo yo ya estaba casado. Y este, me dolió porque haga de cuenta que ella fue otra mamá para mí, porque, de hecho, ella me amamantó unos días porque mi mamá no podía y en ese tiempo una de mis tías lleva mi edad, entonces mi abuela tenía leche de ella, me amamantó a mí. Para todo, para todo, me decía que estaba bien o estaba mal, entonces muchas veces cuando tenía yo una duda iba con ella..."*

*"...para el sábado la dan de alta para su casa, y dije, ya ya se va a aliviar mi abuela todavía hay esperanza, pero no, porque los doctores la dieron de alta para que falleciera en su casa. Ellos ya sabían y mi papá y mis tíos todos ellos ya sabían que iba a morir pero no nos decían por lo mismo no... entonces con el gusto de que regresó a su casa, ahí*

*estamos todos, sus nietos, sus sobrinos, sus hijos, y comiendo juntos, la dejaron ya comer de todo porque no podía comer nada, y este, pues ya ahí estuve todo el sábado y el domingo, el lunes me regreso para seguir trabajando y me habla el miércoles mi papá: sabes que, tu abuela quiere comer con todos ustedes, le digo todavía a mi esposa, ándale hija vámonos, pero en qué nos vamos a ir, ahorita encontramos una combi que nos lleve a todos, yo ahí todavía con la emoción, pero cual fue mi emoción que cuando llegamos ya había muerto, y ahí si mi dolor fue tal que, ahí si mi mente pensaba, cuál pinche Dios no... no existes, ahí fue cuando realmente renegué de él. Entonces de ahí para acá decía, pues no, para que un hijo, para que llore de este dolor, osea, todo eso, y me marcó mucho porque me empecé a dejar morir espiritualmente, más de lo que ya estaba, porque ella era de las personas que decía: vamos a misa hijo, sí abuela vamos, o vamos a tal lado, sí vamos, y de ahí para acá yo decía, no.. para que, para que le pedimos si no da, todavía no entendía realmente lo que era la espiritualidad.”*

*“Entonces toda esa mentalidad empezó a nacer en mí, igual murió mi abuelo por parte de mi mamá, y lo mismo no, y en lugar de, pues de estar con mi mamá no sé apoyándola o así, lo único que hice fue a ponerme a tomar ese día. Y pues si fueron tiempos donde empecé a agarrar más la botella porque yo decía, pues para que chingaos me cuidó si de todas maneras me voy a morir, y que sería más chido que por mi gusto, osea yo decía así, porque pues igual mi abuelo él murió pero de un paro cardiaco, el se cuidó mucho, no hacía cosas que no debía, pues de que le sirvió si se murió de lo mismo, de lo que le dijeron, y a pesar de que se cuidó, pues entonces a mí me empezó a valer madres mi vida, mi cuerpo y los que me rodeaban.”*

*“...pero de que muere mi abuela pues me valió gorro todo y decía, pues, que chingaos, me voy a divertir, me voy a hacer lo que a mí me gusta para cuando me muera ya hice lo que quise. Este, entonces, una vez estábamos tomando, estábamos bailando con los amigos y me dice un cuate, quieres un cigarro, le digo sí...porque yo ya no traía, entonces empiezo a fumar y yo ya estaba tomado y de momento me empiezo a sentir bien, hay chinga, pues si yo estaba hasta la madre no, yo pensaba. Le digo a este cuate, que, que tenía tu cigarro, no pues es que le echamos coca para que te alivianes, y si ese día me encabroné y no... los mandé a la chingada y les tiré su cigarro y me fui para mi casa. Ahí fue cuando la probé, digamos, y me gustó pues, porque anteriormente cuando tenía como 15 años más o menos,*

*fumé marihuana pero no me gustó, y les dije a mis cuates, saben que , esto no es para mí y ya mejor ni me vuelvan a invitar no...y esa vez fue mas, mas por curiosidad, para saber que se sentía, no... y yo dije, no es para mí porque no sentí nada y a lo mejor le fumo y le fumo y por más que le fume no me haga nada, pues voy a estar, osea por mi mente pasó, es cuando se hace adicción, porque por querer sentir algo vas a querer y querer y más y más. Entonces esa vez fue nadamás probarla por curiosidad, pero ya cuando me invitaron el cigarro con cocaína, ahí si me puse a pensar, pues si me alivianó no... yo andaba hasta la madre y la pinche cruda no me hizo como otros días, osea, pensé un chingo de cosas, entonces la próxima borrachera que tomé este, pues ya cuando me sentía bien mal de que estaba bien tomado, busqué a estos cuates porque, de por sí yo sabía que ellos vendían. Le digo, oye guey, véndeme un cigarro como el del otro día, ahí está guey, no que no, y de ahí empezó, entonces eso era cuando, cuando me sentía más este, pues sí como más ahogado en mis penas, es cuando más lo buscaba porque era irme a emborrachar, ya estás hasta la madre, ahora aliviánate porque hay que ir a chambear, hay que ir a tal lado, no sé, eso era lo que yo hacía, entonces en ese tiempo fue cuando mi hermano empezó a venir al grupo, porque él fue el primero y yo vine hasta como 8 meses después que él, porque ya vino toda mi familia, mi esposa, mis papás”.*

*“...y cuando nació mi hija fue algo que, haga de cuenta que fue un puente no... porque yo ya iba al abismo, y el puente fue mi hija, fue lo que me salvó de caer a ese abismo porque si yo ya iba de picada feo, emocionalmente hablando. Yo ya no tenía aquellas ganas de vivir, de echarle ganas”.*

#### 9. TULE, 23 AÑOS:

*“...específicamente empecé a pensar en los abusos que yo había sufrido, en las juntas no mencionaron abusos como tal, pero me acuerdo que con los chalecos que sacaron, me empecé a acordar de cosas que viví desde los 4, 5 años. Como que... abuso sexual, y que yo dije, a poco eso, me puede afectar ahorita en mi vida presente, yo tenía 18, 19 años, a poco dije... eso que viví es malo, a poco eso que viví me causó cierto dolor al cuerpo, al alma. Yo pensaba que era algo muy normal, yo pensaba que era algo que había pasado y que ¡zan!... se acabó que no había tenido consecuencias en cuanto a mis emociones y en cuanto a la forma de visión del mundo. Y empecé a pensar todo eso, entonces lo que fue de*

*la cuarta hasta la última fueron esos chalecos que sí me empezaron a caer. Y fue cuando empecé a vivir las juntas con más intensidad emocional”.*

*“...me reafirmé a mí mismo que estaba perdido en cuanto a mí sexualidad, más bien fue eso, fue el decir: David... eso sí lo sabes y en eso sí te has hecho pendejo. Pero ya ahí está, osea eso sí... en cuanto a la tercera pregunta, por ejemplo sí me di cuenta de... que en cuanto al apoyo económico estábamos solos, mi mamá, mi hermana y yo. Y que no lo había querido ver así tal cual...”*

10. VIOLETA, 30 AÑOS:

*“De que vivíamos así, porque siempre anduvimos rentando nosotros, entonces una vez un señor, se metió así a nuestro cuarto y me agarró mis piernas, entonces ya... esa vez estábamos en un cuartito, mi tía tenía el cuarto de la mujer de servicio, entonces me acuerdo que estaban las camitas así y este, el viejo ese se sentó en una de esas, así cerquitas, era el pasillo pequeño, entonces, este.. yo me acuerdo que la amiguita se acostó del lado de la pared y yo de este lado, y yo decía, mejor me hubiera acostado del lado de la pared, allí está ese viejo, y si... tenía yo la sensación de que me iba a hacer algo porque no se iba, entonces este... ya agarró y me empezó a meter su mano aquí en mi pierna, y si me daba miedo porque yo decía, este viejo si me va a hacer algo, estaba bien viejo, entonces me empezó a meter su dedo en mí...(se señala la vagina). Entonces ya este, yo tenía miedo pero no hacía yo nada, me quedaba así tensa, entonces ya después me acuerdo que me moví para que se diera cuenta de que me estaba agarrando, osea de que yo me había dado cuenta de que me estaba agarrando, entonces ya el viejo se dio cuenta y que se va, y este, y yo ya tenía miedo y desperté a la amiguita y le digo, oye..., a ti no te tocó este señor, no a mí no, es que a mí me hizo así y así, entonces ya agarré y ya nos bajamos, pues vamos a decirle a mi tía. Ya vamos con mi tía y este, si le dije a mi tía, y pues si sentí feo porque no me creyó. Ella había dicho que era yo chismosa y todo eso, y este... y pues ya...”*

*“Si y también cuando este... cuando mi papá andaba con otra mujer, este... y tenía otra hija... me acuerdo que esa vez, nos llevó a comer según él, y estaba su hija ahí, yo no sabía que era su hija, me acuerdo que abrió la camioneta y yo estaba ahí paradita, esa vez fuimos a un cerro, yo estaba ahí paradita, estaba muy chica yo, entonces él llevó a su otra mujer... yo creo que como mi hija y este... mi hija tiene ahorita siete, entonces me acuerdo*

*que estaba mas chica yo que mi hija, me acuerdo que yo estaba así paradita y este... y él se sentó así en la camioneta, abrió la camioneta y se sentó, entonces agarró y yo vi que sentó a una niña en sus piernas y yo paradita y yo sentía feo porque la niña lo abrazaba y él también la abrazaba y en eso que se acerca un familiar de la señora con la que él vivía y le dice... ¿oye... esa niña que es de ti?.. y agarra y le dice.. es este... es mi sobrina, entonces si sentí feo que yo dije, pues no soy su sobrina pero.. aquello de que uno es... a veces es uno bien sonso, dije, pues ya dijo que soy su sobrina y yo no... pues era yo una niña... no dije: pues no... eres mi papá.. y sí eso también me costó mucho trabajo, y también el como vivimos siempre nosotros, eso era lo mas difícil para mí Pues siempre vivimos solos, mi papá siempre andaba con otras mujeres y nos dejaba ahí bien hartos días, y este... y ya me acuerdo que iba cada quince días y en vez de que fuera a vernos así con alegría de que éramos sus hijos y de que cuanto tiempo nos dejaba solos, nadamás me acuerdo que llegaba y le pegaba a mi mamá, y luego yo le agarraba bien harto coraje a mi mamá, porque decía, ¿como es tan mensa?, ¿porque deja que la maltraten?, y si me acuerdo también que...” “...pues mi papá no nos daba gasto ni nada, yo me acuerdo, entonces ya... después llegaba mi papá y me daba harto coraje porque yo pensaba, como es posible que se esté abrazando y todo lo que nos hace mi papá y más a ella que la maltrata y este... por eso yo digo así, yo no dejo que me maltraten”.*

*“Pues sí y como vivimos, de que luego no teníamos para comer y me acuerdo que, así igual chiquita... este... mi mamá... una amiga la invitó, le decía... te invito... mi mamá le decía: a dónde, que a la central. Ya ve que ahí tienen un depósito donde echan ahí todo lo que no sirve, entonces me acuerdo que mi mamá siempre me llevaba a mí, y ya íbamos con nuestras bolsas y todo. Yo ni me imaginaba a lo que íbamos, entonces este... íbamos y ya hasta que la señora nos enseñó cómo es que le hacía ella, ya nos veía a mi mamá y a mí con nuestras bolsitas recogiendo lo que tiraban según ahí, y ya después me acuerdo que una vez un señor que según era nuestro tío tenía una bodega ahí de papa, nos regalaba nuestros costalotes de papa, al principio a mí se me hacía como diversión, pero ya al estar ahí y darme cuenta era... algo muy fuerte, eso era lo que me costaba mucho trabajo, pero siempre yo como que yo decía... hay pobrecita de mí no... pobrecitos de mis hermanos, siempre así yo decía, porque incluso llegó el momento en que yo salí de la primaria y luego, luego me puse a trabajar, porque siempre andábamos rentando y siempre así*

*vivíamos, entonces yo decía... no, no quiero que mis hermanos vivan así, y me metí a trabajar y me acuerdo que me metí a trabajar, y me acuerdo que, como me metí a trabajar a la casa de él, de mi esposo, este... me enseñaron a coser y todo, y me acuerdo que iba a cumplir quince años y su papá hasta me decía... yo te enseño tu bals, y me acuerdo que según ensañábamos el bals y todo, y en eso, me acuerdo que una vez mi abuelito me dice, oye hija están vendiendo terrenos dice... yo te presto tanto para que después... y yo decía, pero bueno es que lo que estoy ahorrando es para mis quince años, no... entonces dije, o mis quince años o el terreno y yo dije, no pues mejor el terreno, así dejan de sufrir mis hermanos. Y sí di el enganche para el terreno, para mala suerte de la mía, esa señora que hace un fraude y este... ahora sí que sin terreno y sin quince años. Entonces siempre me preocupaba por mis hermanos, no sentía tan feo por mí, yo decía, no pues yo que mis hermanos que no sufran, también eso me costaba mucho trabajo porque siempre me preocupaba por los demás y nunca me preocupaba por mí, y eso era lo más difícil..."*

11. DELFA, 26 AÑOS:

*"Si, por ejemplo de unos tíos, bueno si son tíos segundos, son primos de mi mamá, abusaron de mí sexualmente cuando estaba pequeña. Osea yo lo escribí así.. osea.. abusaron de mí sexualmente..."*

12. NINFA, 38 AÑOS:

*"Y para eso yo ya había tenido otra recaída que fue la última, había ingerido yo muchas pastillas, que fue una fiesta que fuimos y él se paró al baño, y el muchacho, el hermano del novio se para y me dice: vamos a bailar, y digo no, no , no puedo, hay pero por qué no puedes, y ándale y en eso me mira mi esposo y llega y me dice que porqué estaba coqueteando con él... yo no estaba coqueteando, me invitó a bailar, le dije que no, no es que yo te ví... y ándale, párate y vámonos. Si vámonos, para no hacer el espectáculo ahí, pues vámonos, se va serio todo el camino, llegamos y este, otra vez empieza a discutir, es que no te voy a hacer caso porque yo no hice nada, es que yo te ví... es que tu ves lo que quieres ver, le decía yo, me dice este... yo dije... es que ya va a empezar la agresividad, yo ya lo tenía en mi cabeza, y dije no, no, no, este va a buscar pleito, yo no le voy a hacer caso, en eso dije, no pues si me quiere hacer caso yo ya hasta sé, y me quería dar una*

*cachetada y yo lo aventé, pero yo ya traía el zapato en la mano, con todo y zapato que lo aviento y se despiertan los niños, yo me voy para la cocina, pero es que no puede ser otra vez lo mismo, osea de que entraba yo entre no te creo y la depresión, hay no, dije ya no, no lo aguanto. No sé en qué momento ni cuantas pastillas ingerí, ni sé de cuales fueron, porque me preguntaban... yo no me acuerdo de nada, pero esa fue la última vez que yo sentí que a mi hijo le hice mucho daño, me decía "mamá no te mueras"... no, no hijo, ¡como sabía que no me iba a morir si no sabía lo que había yo tomado!, me puse muy mal, es que yo te voy a estar esperando mamá, me decía... no, no te mueras y me acordaba de eso cuando decían: es que allá ayudan mucho, y dije, no, no hijo no me voy a morir. Entonces que llego al hospital y no se qué tanto le hacen a uno, y al otro día yo amanecí mejor, me sentía mariada pero estaba yo bien, y dice el doctor, no es que cuantas veces van, pues para esto yo me acuerdo que fue desde niña que empecé a ingerir pastillas de esa manera, y pues ya acordándome dije entre mí, pues mi esposo dijo, es la primera la segunda no sé..., y yo llegué a la cuenta de que ya eran como cinco o seis veces, es que ya es mucho, y dice el doctor, es que te vamos a llevar al psiquiatra dice, a dije no, yo no estoy loca, ellos están locos porque me quieren llevar al psiquiatra, que dice el doctor... es que no es para locos... no es que yo no estoy loca".*

*"...es que yo decía, es que yo decía, es que fue una violación, yo no supe en qué momento o qué fue, porque yo era muy niña... entre 4 y 5 años me acuerdo. Pero no me acuerdo, osea yo lo escribí pero no supe realmente qué era, que mi mamá nos dejaba solas, ella se iba a trabajar se iban a la escuela y prácticamente yo y mi hermana nos quedábamos solas, cuando ella entra a la escuela me quedaba yo solita y era el hecho de que, osea muy vagamente así lo recuerdo, no sé si me dejaban con esa vecina, o yo me iba a meter ahí, osea no recuerdo, pero ella tenía un hijo y él, yo no sabía si abusaba de mí, en ese momento yo no sabía lo que era... osea que abusaran de mí, pero yo recuerdo que él se subía encima de mí, que me tocaba, osea, siempre lo quise olvidar no, a mí me hacía daño eso, hasta que llego aquí y me doy cuenta que me hace mucho daño recordar eso. Que ahora sí se que era lo que me hacía, me tocaba, se subía encima de mí, y yo me recuerdo debajo de una cama, y cosas así, pero no recuerdo mucho, pero llego a la conclusión de que fue una violación y de qué porque yo empezaba a sentir ansiedad, entonces de donde*

*salía eso, él me lo enseñó, yo lo sé. Recordar a una de mis hermanas hacerme lo mismo, tenía yo 5 años, y decir, pues en qué momento se dio todo eso...”*

*“...y lo malo viene cuando yo me caso, no, me decían es que esto es así, decía no, no, es así, yo no se como es, pero al sexo oral decía, es que no, no es correcto y además a mí no me gusta, el hecho de que me obligaran y.... escribirlo, pues es que tu lo tienes que hacer porque tu eres mi esposa y tu lo vas a hacer, sí pero a quien se lo digo, yo no se lo digo a nadie. Y yo decía, pero en que momento no, el no sentir esa satisfacción, nada, osea, hacerlo por cumplir y ya, pero no sentir nada, el hacerlo por hacerlo y el cumplir por cumplir, eso me costó mucho trabajo escribirlo y más decirlo, porque yo no había tenido una pareja hasta que me casé, decía bueno y a quien le pregunto si es correcto o no es correcto, si lo tengo que hacer o no lo tengo que hacer.”*

*“...cuando yo me embaracé y tuve a mi hijo el no lo quería, me dijo: pues como tu quieras, si quieres tenerlo pues tenlo, yo no lo quiero, bueno pues no te lo doy y ya, yo me lo quedo, pues si no lo quieres, tan sencillo. No pues vamos a que te hagan un legrado, no pues ve y que te lo hagan a ti, fue lo que yo le contesté, si no lo quieres, pues que te lo hagan a ti, porque a mi bebé yo si lo quiero. Estaba muy chica, me casé muy chica y lo que sea, me salí de la escuela dejé todo. Cuando yo me embaracé tenía 19... a los 20...”*

*“Otro hecho que, bueno ahí me dí cuenta, me dolió muchísimo, muchísimo, fue la muerte de una persona, él era mi novio, él era más grande que yo, y a mí me decían que no anduviera con él que nadamás era un albañil que no me iba a dar la vida que yo me merecía según.... yo no sabía que querían que me mereciera verdad... yo terminé con él, salía a tomar a tomar, y me decía, porqué si me querías tanto porqué me dejaste, yo nunca te voy a desproteger, yo siempre te voy a querer, yo voy a esperar a que tu estudies, me decía, mi mamá me decía que no, que él era un albañil que nunca me iba a poder dar una buena vida, y lo mismo decía mi papá, yo decía, pero ellos que saben lo que siento yo...” “...y si sentí cuando su hermana me trajo una carta y él se despedía de todos, de todos los niños porque los quería mucho. Me decía cuídalos, ya no les pegues, ya no les pegues a los niños, tenles paciencia, que estaba muy enfermo y que necesitaba dinero, que yo le consiguiera, que le dijera a mi mamá. Y se despedía, decía muchas cosas, yo le dije a mi hermana la mayor, le dije mira, me mandó esta carta, no eso está mal... rómpelo, pero es que dice que le pida dinero a mi mamá y va a venir su hermana... no, no mejor rompe eso*



*desaparécelo, y eso fue un día, al otro día este... pues yo obviamente nunca le llevé dinero, a los dos días fue su hermana, y le dice a mi mamá: no es que ya se murió y que la culpa era mía que porque yo no entregué esa carta para que le prestaran el dinero para curarse. Es que fue la culpa de su hija porque yo si vine a avisar, y me regañó a mi mamá y le dije, no es que yo le dije a mi hermana, le digo, y ella dijo que no, pues es tu culpa, y ya cuando fuimos al velorio y todo... pues ya ni llorarle ni nada, osea yo nunca tuve ese desahogo, y de cierta forma yo me sentía culpable”.*

### 13. CEDRO, 65 AÑOS:

*“Qué no recordaba, recordaba básicamente maltrato, recordaba con cierto rencor el hecho de que me hubieran regalado, yo soy un niño regalado, de ahí nace todo no, entonces este, todo eso se me empezó a cargar...” “...si, porque yo fui a dar a un lugar, todavía me pega, fui a dar a un lugar con gente disfuncional entre prostitutas, mi tutor, cuando yo cumplí ocho años, a él se le murió un hijo de mi edad, y parecía que yo hubiera sido el culpable entonces había confusión, inclusive en mi nombre, porque no sabía yo si me llamaba Cedro o me llamaba bastardo, porque era el trato que me daban...”*

*“Mi madre biológica murió cuando tenía 24 años y yo tenía 6 meses de edad y era sietemesino, y además de ser sietemesino tenía un defecto físico, era yo estráxico, entonces este, cabía en una caja de zapatos, entonces al morirse mi madre biológica, mi padre se ve con esa mascota en sus manos, verdad, que cabía en una caja de zapatos, dijo y yo que hago con esta cosa, y agarró y lo regaló, entonces, pues ya empecé a trabajar a ir a la escuela en la nocturna, entraba a las siete de la noche, salía a las nueve de la noche, pero yo me iba a dormir a la escuela, tenía 8 años, iba en segundo año, entonces la maestra un día agarra y me levanta de las patillas, y me dice, tú, debes de ser un vago verdad, te dedicas a jugar toda la mañana y te vienes a dormir aquí, le digo, no maestra es que yo trabajo, como que tu trabajas si eres un niño, pues sí pero tengo la necesidad de trabajar, en qué trabajas, en un taller mecánico, qué haces, pues soy mandadero, lavo tuercas, fierros y demás. Y me dice, este, que desayunaste, pues un café negro y un pan viejo, qué comiste, pues una torta de frijoles, y agarra, me abraza y se pone a llorar, y me dice yo te voy a ayudar, te vas a estar media hora después de clase, y yo te voy a sacar adelante, voy a estar contigo siempre hasta que termines tu primaria. Entonces salía yo de la escuela*

*disparado porque iba a llegar tarde, y en vez de llegar a las 9:30 a mi casa llegaba yo a las diez, entonces le preguntaba a mi mamá, a qué hora llegó el bastardo este, él llegaba a las once de la noche pero a veces yo lo oía... a sí, muy bien, al otro día a las 5 de la mañana iba a mi cama, con mucho cuidado me quitaba las cobijas y con un alambre de luz me da una golpiza porque había llegado tarde el día anterior... como era medio pendejo, medio burro, perdón yo no uso mucho malas palabras ni nada, pero me salió, pues si les decía que por burro me quedaba pues me iba a ir peor. Pero así me echó adelante esa maestra que hoy por hoy, donde quiera que esté siempre la recuerdo con mucho amor, y con mucho agradecimiento, porque gracias a ella soy lo que soy, entonces este, pues eso era constantemente de cualquier cosa que me dijeran que me acusaran se me aparecía el diablo, cuando alguna vez hacía algo mal y estaba yo despierto y demás, pues me daba una golpiza pero como si estuviera con uno igual, al grado que un día me dio una golpiza que me dejó... me tronaban hasta las costillas, porque me caía yo y me levantaba a patadas, y este, me tenía yo que abrir los ojos para ver, porque los tenía hinchados de los golpes, y este, otro de los castigos era que me hincaba ante una virgen de Guadalupe y que me decía que ahí iba a estar hasta que se moviera esa virgen y yo con los brazos así (extendidos), después de dos horas ya no aguantaba los brazos y le decía yo, ya ya se movió, y esa virgen no se movía, a sí, otro ratito, osea tenía mucha crueldad.”*

*“Un día tuve la intención de matar, entonces fui a la cocina y tomé un cuchillo, tamaño regular verdad, y fui hasta su cama, estaba dormido, pero lo ví indefenso, y tuve la intención de enterrármelo yo... Tenía ya como 10 años, entonces me salí al jardín y ahí teníamos un árbol muy grande, una higuera y empecé a golpearla hasta bañarme las manos en sangre, y ya, este, no podía llorar porque los hombres no lloran, y este, lloraba yo pero para adentro, sentía yo que me estallaba todo esto de aquí, verdad, por la impotencia esa de llorar y eso, pero era como un juramento...”*

*...me desaparecí como año y medio, entonces pues como quiera que sea yo la extrañaba no (a su mamá), regreso a México, me da dinero, me regreso a México y llego a ver a mi mamá. Y mi mamá me empieza a decir, porque te fuiste hijo, mira que... no, no, no, es que ya no aguantaba, y para esto fíjate que me estiré de tal forma ya agarré cuerpo y todo, entonces va llegando mi tutor. Que hace este bastardo, oye no pues que vino a vernos y esto, cuanto que te pongo en la tuya bastardo tal por cual, entonces agarra se quita el*

*saco, entonces le dije, tu me tocas y te mato, porque ya estaba yo muy maleado. Entonces se atrancaba una ventana con un tubo, una ventana de madera, entonces que agarro el tubo, bueno pues acércate y dijo, no nadamás crecen y se sienten muy hombres... no, no me siento, soy más hombre que tú, antes como antes y ahora como ahora, y le dio la vuelta, le sacó, y ya no me hizo nada, entonces ya seguí trabajando, vendí periódicos, este, cargaba bultos, en fin, lo que fuera, pero siempre seguí estudiando, porque él decía que yo iba a ser un ladrón que no iba a ser nada en la vida, mi tutor. Y eso yo lo veía como un reto para mí, y yo pensaba en demostrarle que estaba equivocado.”*

*“...me acordé también de un fulano que me quiso violar, verdad, estaba yo de mozo en una casa, allá por la colonia Alfonso trece, me mandaron y tenían ahí vacas y todo, entonces un fulano mucho más grande que yo tendría unos 9 años y me mandaron allá, a ayudar a esas gentes y este... quiso abusar de mí este, y entonces que me le safo y todo, que corro y que le digo a la persona esta con la que estaba, y que le digo a la persona esta con la que estaba: sabe que que este me quería bajar el pantalón y .. creo que era su ahijado, entonces que va y que le dice a la mamá... y la mamá y la mamá que agarra y que le pone una fuetisa que lo puso en cama quien sabe cuantos días y ya no pasó nada, no me hizo nada. Porque eso también me tenía algo raro, pero muchísimas cosas que cambiaron ahí en mi vida y en mi familia”.*

#### 14. ALELÍ, 49 AÑOS:

*“...si me habían dañado pero que yo también había dañado mucho, que había tenido muchas parejas, y no se si se debiera que desde muy niña pues hubo intento de abuso. No sé si eso me despertó, no sé, pero después cuando yo me casé con mi esposo, yo no encontraba esa satisfacción y tenía una pareja y tenía otra y otra, entonces era no acabar en la culpa, que antes a la experiencia yo ya había dicho... ya estás bien pendeja dije, yo misma me decía, hasta cuando vas a andar de hombre en hombre buscando y... aparte de que yo me sentía mal porque decía: estoy engañando a mi pareja, yo decía porqué no tengo ese valor de decirle, porque si lo quería, si lo quiero, pero entonces si sí lo quiero porqué lo hago, y así como que decía yo cuando estaba escribiendo... hay todo eso hice, y así como que dije.. no, no, no, como es posible que haya sido tan mala. Además le tenía mucho resentimiento a mi esposo, porque, bueno, en una ocasión tomado se brincó y se trató de*

*pasar de listo con mi mamá. No eso me marcó mucho tiempo, y yo me acuerdo que cuando me lo dijo mi mamá, me dijo pero no hagas nada, déjalo no pasó nada... entonces así como que me quedé... bueno entonces para que me lo dijiste. Así como, pues que quieres con esto, porque... no... un golpe tremendo, fue como si tuviera a alguien acá arriba y de repente se cayera, y a partir de ahí dije no, voy a andar de hombre en hombre, entonces yo decía... yo me quería separar y me decía no, no, no, es que te va a pasar lo que ha mi, mi mamá siempre nos movió, nos decía esto, esto y esto. Yo para ese tiempo yo estaba muy joven, fue antes de que naciera mi hija, tiene como 20 años, 25 años de eso, estaba muy joven y todo me daba miedo, nunca había trabajado, casi no salía, y casi siempre se hacía lo que decía ella, ella tenía un carácter muy fuerte, mucho muy fuerte, y me decía: es que tu no vas a ser nada sin él, además es el papá de tus hijos, sino pasó nada, no pasó nada, me decía. Y entonces yo decía, entonces para que chingaos me lo platicaste, que querías con todo eso, y me decía, nadamás para que lo supieras. No sé muchas veces pensé que hubiera sido mejor que no me lo hubiera dicho, porque de ahí yo me hice, no sé si por desquitarme de él, no sé si más bien fue por coraje.. y ya después lo intenté envenenar una vez, ya cuando lo hice me dio un pánico, pues dije, pues que estoy haciendo, hasta donde quiero llegar, que quiero hacer...” “...le puse veneno para ratas en la comida, y entonces ya cuando él se acostó y se paró al baño se empezó a convulsionar, dije... pero que hice. Nombre.... y le pedí a todos los santos que no le pasara nada, ya después dije... esto no, no, no, yo ya estoy muy mal. Pero mi mamá no se prestaba a platicar de nada, osea ella nunca estaba, nunca se podía uno acercar y decirle... oye es que hice esto, o quiero ayuda... osea no... y entonces dije no... tengo que cambiar”.*

*“Todo eso, el que mi papá nunca hubiera estado con ella, el que mi hermano hubiera intentado violarme, yo decía, pero es que un hermano es para que te cuide, para que te ayude. Mi mamá lo sabía y era su consentido, así como que yo decía, pues bueno, como es posible que ella lo permita, muchos años lo supo. Y mi tía, porque una tía vivía a un lado y ella nos curaba, decía... oye tus hijas... y este cabrón.. pues voy a hablar con él... y ahí quedaba...”*

*“Y algo que me dejó muy marcada fue que un día me encerró en un baño, el baño de la casa, la verdad nunca he podido recordar ni que edad tenía, yo si me acuerdo que estaba muy niña, me acuerdo que yo le decía, déjame salir, y me empezó a bajar el pantalón, me*

*decía no... no te va a pasar nada, no tengas miedo, y se me puso encima, se me subió encima y me quería bajar el pantalón, y yo decía no, no, y yo me acuerdo que me sostenía el pantalón, hasta ahí recuerdo, no recuerdo si me bajó el pantalón, no sé si me violó o... no sé.. no sé... y hasta la fecha, cuando viví la segunda escritura me dice mi madrina, ya no lo pienses porque si te hubiera violado te hubiera lastimado. Digo un hombre de 20 años, cuanto te gusta que tuviera, 7,8, no recuerdo ni mi edad, recuerdo que mi tía y mi hermana la más grande tocaban en la ventana y le decían, déjala salir, déjala salir, pero no recuerdo nada, no recuerdo”.*

*“Pues por ejemplo al estar con una pareja con una y con otra, yo lo atribuyo a que, desde que tenía 6, 7 años, mi tío nos enseñó su pene, vivían a un lado, y entonces mi tía aún sabiendo lo que él hacía nos mandaba a hacer sus quehacer, y el agarraba (osea que enseñaba su pene), y nos hacía señas y se salía y se desnudaba de la cintura hacia abajo, y pues nosotras nos salíamos corriendo porque éramos tres hermanas, y se lo comentábamos a mi tía y se enojaba, pero nunca hacía nada”.*

*“... yo sabía que el había andado con una persona también antes de que yo hubiera empezado mi caminar de hombre tras hombre, supe de una persona, y tenía documentos en la casa donde la tenía como esposa, entonces eso y lo de mi mamá fue como que... se vino para abajo el ídolo que yo tenía. Porque el me decía, no salgas y no salía, vamos acá y vamos, osea como que todo lo que él me decía yo ahí iba, ahí iba, decía no... no vayas a ver a tus hermanas, mejor que ellas vengan a vernos, y así como que me tenía muy, muy sometida, muy aquí encerrada. Yo después me di cuenta de muchas cosas”.*

#### 15. CAMELIA, 27 AÑOS:

*“Uno de ellos fue el que mi papá nos abandonó, a mi hermano y a mí, no se hizo responsable y... has de cuenta que yo siempre tuve la visión de estudiar, de ser alguien, y has de cuenta que mi papá nunca se preocupó por nosotros, entonces de repente llega y me ve y me dice, oye porqué te casaste, a los 22 años, y así como que queriéndome regañar, pues espérate tantito. Eso fue porque yo si tuve carencias cuando viví con mi abuelita, me acuerdo que mi mamá se preocupaba que el fin de semana de mandarme dinero, pero no lo es todo, osea de contar que cuando yo llegaba a salir de la escuela y decía, voy a ir a verte, pues entonces yo salía de la escuela rapidísimo con tal de llegar a ver a mi mamá pero mi*

*mamá no estaba, eso me causaba mucho dolor y me frustraba, porque decía, porque dice una cosa y no cumple, igual cuando iba a ser festivales y eso, pues la única que estaba era mi abuelita y siempre esperaba a mi mamá y nunca llegaba. Eso fue uno, y luego con mi papá mucho rencor de que, osea a nosotros nunca nos dio nada, y a una hija que tenía con otra señora, pues si la tenía bien a la niña, va a la escuela, le compra todo, le complace. Otro fue la muerte de mi abuelita que me costó mucho superarla, este... pues siempre viví con ella, para mí era mi mamá, me costó mucho trabajo superar su muerte y pues lo de mi esposo que creo que fue lo que más me pegó. Porque en cierta forma, si lo amaba no, pero también te das cuenta que tú también hiciste mal, pues por ser agachona más que nada y este, el no querer perdonar a toda su familia de todo lo que pase cuando tuvo el accidente (su esposo). Y soledad más que nada, cuando estuve en ese lapso de estar casada, todo lo que vivía con él, problemas que llegaba.. había veces que salía de trabajar y no quería llegar, me iba mejor a dar la vuelta a plaza galerías, al mercado, con tal de no llegar y no ver caras”*

*“La soledad.. pues de hecho no fue muy así desde chiquita, cuando iba en la secundaria, pon tu... como iba en cocina, una vez preparamos rompopo pero fue así nadamás de probar el alcohol y ya, pero empecé a tomar y este.. cuando empecé a vivir con él, porque pues su familia era muy alegre y le gustaba tomar, entonces, como las cuñadas eran así como que.. pon tu... ahorita están bien contigo y mañana te ponen cara, pues entonces yo quería estar bien con ellas, yo querían que me aceptaran, y pues como ellas tomaban, pues yo decía, yo quiero ser igual que ellas, quiero estar cerca de ellas y estar en su círculo. Y sí empecé a tomar más que nada por eso, hasta cuando íbamos a fiesta ya me decían... pues va haber de tomar ... va a haber esto y hasta apodo me pusieron, la “yupi” que porque siempre que tomaba me ponía muy contenta y pues sí... estaba alegre no”.*

#### 16. CIPRÉS, 36 AÑOS:

*“Pues... conmigo mismo si sentía mucha molestia porque realmente yo me daba cuenta que podía haber solucionado los problemas que tuve y nunca me interesaron, realmente... por lo mismo de que yo siempre me dí en darles todo lo mejor... nunca... se me olvidó darles lo que era cariño, la comprensión... sobre todo a mi pareja. Hubo una temporada en que me decía... voy a buscarme un novio... pues búscatelo no hay problema... pero pues sí me di*

*cuenta que sí, si había un problema, porque ella siempre se me acercó a mí pidiéndome cariño, y yo siempre la rechazaba, siempre ponía de pretexto el trabajo”.*

*“Pues en lo sexual sí recuerdo que... cuando yo tenía 8 años, había una persona que supuestamente nos cuidaba, porque mi mamá iba a trabajar, y pues sí nos cuidaba pero también abusaba de... bueno de mí.... no sé de mis hermanos, pero yo probablemente pienso que sí, que sí hubo abuso sexual de parte de ella. Era una persona que ha de haber tenido 16, 18 años, cuando yo tenía 8, y era mujer. Y a partir de esa persona que abusó de mí, hubo otras mujeres que también abusaban de mí, no se ni porqué, pero si hubo... ora sí que parecía, como dicen... desfile de modas, porque pasaba una y otra y otra, osea en diferentes etapas... entonces recuerdo que todavía hasta los 16 años recuerdo que había mujeres más grandes que yo que me buscaban para tener sexo, no sé ni porqué la verdad”.*

*“Pues fíjese que yo desde que tenía seis años o más chico, yo creo que a los cinco años ya andaba de vago, y siempre con la idea, hasta ahorita me cae el veinte, de porqué andaba de vago, era con la idea de encontrar a mi papá. A mí me habían dicho que había ido con unos amigos a Mazatlán... y que todos sus amigos regresaron y que él nunca regresó, que los amigos habían dicho que se había ahogada, que se había desaparecido. Entonces con esa idea yo de niño, pues siempre andaba de vago, de hecho a mí me pegaban porque andaba de vago. Digo, a la edad de cinco años me acuerdo.... yo vivía aquí por donde está el grupo, y a los cinco años yo me iba a Tlatelolco a las tres culturas, de hecho la primera vez que llegué ahí, me pareció otro mundo porque nunca había llegado hasta allá.... y de niño, pues yo me espanté bastante y me regresé como loquito, pues para mí era otro mundo, más que nada ver las ruinas. En lo social, eso sí, hasta ahorita..., siento que me impacto mucho. Y se me hizo costumbre siempre andar en la calle, en la calle, en la calle.*

17. OLMO, 33 AÑOS:

*“El más fuerte, como yo estaba en un internado, ese si no se lo había platicado a nadie, fue un sacerdote, el que nos daba misa en el internado, cuando llegaba a quedarse ahí en el colegio, siempre le mandaban a un niño a dormir con él, porque supuestamente lo podían atacar fuerzas malas, todo ese rollo que te manejan, siempre había un niño que se iba a quedar con él, y por azares del destino se enfermó, entonces me mandaron a mí a dormir*

*con él. Entonces cuando llegó, yo ya estaba dormido, yo oigo que entra el sacerdote y de repente se desnuda completamente, y me dice, me voy a acostar contigo.. y al momento que se acuesta, me dice... quítate la pijama... entonces yo me quedé en trusa y en camiseta, y me empezó a meter la mano por el calzón, me dió muchísimo miedo en ese momento, y me hice el dormido, ya no quise ver si me despertaba y quería algo más, me tuve que hacer el dormido, y solamente así dejó...”*

*“...el hecho de que mi mamá se volviera a casar y que naciera mi medio hermano, mi hermano pues. No le digo medio hermano. Porque a partir de ahí que fue a los 10 años, mi mamá siempre iba con nosotros al internado, nos pretendía mucho, yo era el consentido porque era el más chiquito de los tres, entonces cuando nace mi hermano, pues prácticamente me hicieron a un lado, entonces dejaron de ir por mi al internado, ya me iba yo solo, regresaba solo, entonces fue ahí donde empezó todo ese rollo porque... a los 11 años fue mi primera borrachera, desde los once años fue , la primera vez. Ya había probado la cerveza, porque la cerveza siempre me llamó la atención, pero cuando empecé yo a sentirme así, como que relegado y abandonado, y que aparte mi madre siempre me dijo que yo era muy fuerte, que a mí nunca nada me iba a doler, que yo era muy valemadrista, decía ella: osea a ti te vale madre la vida hijo... osea tu eres bien fregón y a ti nunca te va a lastimar nada, pues de ahí, y aparte tener un tío que es alcohólico que cada que iba a la casa era echarse unos tragos y... como si me gustaba, pues empecé ahí a tomar. Eso fue lo que me llevó a estarme cubriendo siempre con alcohol”.*

*“...cuando me casé, desde el principio, desde que empecé a andar con ella si me echaba mis tragos, obviamente para quedar bien con la damita, te moderabas y todo eso, pero te quedabas con la cosquilla de seguir tomando, al grado de que cuando iba a dejarla, iba a buscar a mi tío, como sabía que era el que sí me proporcionaba el alcohol, me iba con él y a acabarla hasta que amaneciera no, y eso si bien nos iba, si no hasta que amaneciera. Con mi ex-esposa, empezaron muchos los pleitos, y creo... no creo... ahí fue donde más se acentuó el alcohol, porque no me sentía querido por ella, porque desde el día de la boda me dijo, sabes que no te amo, sigo enamorada de un ex – novio, pero ya me casé contigo, vamos a tender un bebé, pues con el tiempo te voy a querer, eso se me quedó muy grabado. Entonces yo ya sabía que le molestara que tomara, entonces empecé más a hacerlo, al grado que en el bautizo de mi hija me puse una guarapeta del tamaño del mundo, y se*



*empezó a distanciar más... si de por sí nunca hubo amor, sino más que pura pasión, con el alcohol se fue disminuyendo más la relación, mucho, mucho más, yo creo que eso la llevó a ella a ponerme el cuerno y a que termináramos la relación, yo creo que eso fue lo más”.*

18. NOGAL, 41 AÑOS:

*“...me doy cuenta de que tenía muchos rencores, que tenía muchos rencores con un padre fallecido cuando yo tenía 4 años, con una madre que tuvo que trabajar para mantener a todos los hijos, con burlas en la escuela, con carencias económicas, osea, una vida realmente... ya de adulto pensándolo, pues no muy grato para un niño, aunque de niño yo te podría decir que mi vida aparentemente fue... sino del todo feliz, una gran parte muy feliz. Pero no me había dado cuenta yo de esas cosas que realmente me estaban afectando y realmente de esos rencores que yo traía y que no los había externado con nadie”.*

*“Uno de los más dolorosos fue el estar en la escuela, con compañeros, con mis compañeros de clase y.. llegar con una bolsita del mandado con mis cosas, como mochila, y que los demás se burlaran. Yo decía porqué, osea, porque me tocó a mí esta parte, porqué la vida me dio esto, y realmente no lo entendía, un hecho muy doloroso también fue, una vez que estábamos comiendo en familia y que... yo de repente digo... oye yo quiero otro cacho de bisteck y mi mamá agarra y me dice.. ten cómete el mío, y yo lo acepto y me lo como, al final de cuentas niños no... pero esa fue una imagen que se me quedó mucho tiempo grabada, grabada, grabada. Otro... a lo mejor no situación específica, pero si, pues hecho doloroso, es el no haber contado con un papá, aunque aparentemente para mí eran mi mamá y mis hermanos porque siempre fueron así como que las protectoras y todo eso... realmente, a lo mejor te digo, no te hablo d un evento en particular, pero si de un hecho fue que... fue bastante doloroso y bastante duro haber crecido sin un padre. Fue lo más triste que pude haber plasmado en mi escritura, lo que más me.. lo que más me dolió. Y también lo que más me dolió fue el hecho de... no saber en qué momento me convertí en lo que era, en una persona insensible, en una persona que veía a los demás y se alegraba de las penas ajenas, que tenía una forma de poder escalar un puesto sobre todos los demás. Yo cargué con una culpa mucho tiempo que fue, cuando yo me cambié a un área nueva, me cambié por una amiga, o alguien que me consideraba su amigo, y resulta que yo me fui forjando la forma de adueñarme del puesto de esta persona y lo conseguí, y tanto lo conseguí que me*

*quedé con el puesto y ella se fue de la empresa, y era un tema que yo decía, bueno ya le tocaba, ya le tocaba..., pero realmente fue un hecho tan doloroso que al final de cuentas no tuve.. es más no sé ni que palabra ponerle... pero como la convicción de decir, esos está mal, eso no se debe de hacer, por ahí no debe de ser”.*

#### **Categoría 4.- Estado de salud antes y después de la escritura.**

En un alto porcentaje los entrevistados reportan que disminuyó considerablemente el malestar que presentaban antes de llevar a cabo el 4° y 5° paso. Con mayor incidencia están los problemas de gastritis, los dolores de cabeza, problemas pulmonares y/o garganta. También se observa que las personas jóvenes reportan ya un malestares recurrente, y todos los mayores de 40 años reportan enfermedades crónicas.

##### 1. JAZMIN, 27 AÑOS:

*“Antes de escribir traía una gastritis inmensa, pero así, enorme, tomaba medicamento, ranitilina, todo lo que me daban y ya no me hacía, por el mismo alcohol, por tanto irritante, por todo lo que me metía, escribo y no por arte de magia se desapareció la gastritis, pero empezó a ceder poco a poco sin que yo tomara medicamentos, sin tomar nada, empezó a ceder y llegó un momento en que yo ya no tenía molestias absolutamente de nada, osea la gastritis desapareció”.*

##### 2. LAVANDA, 26 AÑOS:

*“...de hecho sentía un dolor en el pecho que no sabía que era, ya había venido a acupuntura, todo eso, osea si sentía tranquilidad en su momento pero ya a los dos o tres días era otra vez la carga en el pecho, en el atrás así en la espalda no, siempre estar de malas, mandar a todo mundo a la chingada, pues era la neurosis, y si me daban muchas ganas de tomar, una vez me tomé un litro de aguardiente yo sola y no sé como amanecí, pero amanecí y al otro día tenía que ir a la escuela a las siete de la mañana, y así me fui bien borracha, y todavía le di otro trago, eso sí, al rato ya andaba con la gastritis... pero bueno”.*

3. ALAMO, 31 AÑOS:

*“Bueno de hecho antes de llegar a AA por primera vez pesaba yo por ahí de los 70 kilos, mido 1.71 más o menos, y pues estaba pasado de peso con aproximadamente con 22 kilos más o menos, 23 kilos, pues era, pésima mi condición física, me sofocaba mucho, me cansaba mucho, siempre tenía mucho sueño, pues bueno, sobre todo no podía correr con ese peso, estaba bastante obeso siento yo”.*

4. MARGARITA, 29 AÑOS:

*“...yo me enfermaba cada mes, cada mes, cada mes, cada mes de gripa, de anginas era principalmente de anginas, fiebre, dolor de articulaciones horrible y esa vez me dio, entonces yo dije; no es que yo tengo que ir (a la hacienda), yo tengo que ir, pero ella me dijo (una amiga) que podía hablar porque la verdad si tenía muchísima fiebre ,me mando a mi casa...”*

5. DALIA, 49 AÑOS:

*“Pues que puede ser... pues yo digo que la gastritis porque después si estar con el dolorcito aquí.. y luego se me hinchaban muchos mis pies...”*

*“Mire, cuando yo vine, bueno ... después de la experiencia, de ahí acá bien chida, una nueva amiguita bien bonita, osea si me siento bien emocionalmente, pero físicamente le digo que andaba luego con la menopausia... duré seis meses que es lo que le ponían a uno de requisito aquí en el grupo, iba y venía, pero ya después... me dio mas fuerte porque... llegaba yo de vender a tu mansión, ya nadamás era de llegar... acostarme y dormirme. Pero era un dormir, dormir, dormir madrina, que... me daba mucho sueño... no si voy a ir al doctor, entonces empecé a ir con la doctora, me bajó 25 kilos, empecé a tener más actividad, a andar activa y todo, y le digo a mis hijas, saben que... yo ya me voy a mi grupo, yo ya me quiero ir, porque... era una cosa que yo necesitaba estar en el grupo...”*

6. OYAMEL, 27 AÑOS:

*“Claro, mira yo antes de haber vivido la experiencia, yo, bueno enojón que es parte de la salud no, muy enojón, muy celoso y con migrañas, lo que médicamente le dicen migrañas*

*común, pues hasta la fecha no ha vuelto eso, los dolores de cabeza y eso, ya es muy rara la vez que me duele la cabeza, pues que más, por ejemplo las gripas y todo eso, también no, ya es muy rara la vez que me llegan a dar, y cuando me dan no me dan tan duro. Antes sí, de hecho, no sé si tenga que ver un poco que te sirva algo con mi historial, yo de niño fui asmático, pero también eso se me quitó antes, una etapa de rebeldía donde se me quitó”.*

*“... desde los físicos que te mencionaba, esos dolores de cabeza que me azotaban muy seguido... yo no podía ver una luz muy destellante porque bummm luego, luego me empezaba a doler la cabeza, y me encerraba en un cuarto oscuro y darme de topes, esos ya no han vuelto. Ese sería un cambio”.*

8. ROBLE, 30 AÑOS:

*“... no podía comer nada porque luego, luego lo volvía no, es lo que le decía, ya no me importaba si me llevaba la chingada porque mi estómago me ardía, ya no toleraba nada al otro día, lo único que hacía era comer nieve y helado porque era lo único que aceptaba mi cuerpo cuando dejaba de tomar, y de la droga pues así que yo, lo único que sí era que, al otro día no tenía la misma cruda, ya no de físicamente si no ya era moralmente de decir, chales, tanto yo veo mal esto y lo hago, cuando volvía a pasar pues me valía madres, lo volvía a hacer”.*

9. TULE, 23 AÑOS:

*“...tengo una infección en vías urinarias, osea aparte de que me siento mal pues tengo esto. Entonces me dijo bien, pues vienes y te tratas. Me trató un mes, me mandó té, me puso agujas, masaje y bueno por medio de toda esa terapia en la cuarta sesión, me citaba cada ocho días, después de un mes, yo me sentía sobre la enfermedad, me sentía ya muy bien, ya no tenía yo cistitis, estaba yo muy bien, de hecho no lo podía creer, siendo una persona siento muy racional no,.. y ver que los té y una agujita y los masajes me habían curado, osea increíble. Pero... aunque eso estaba ya bien, las emociones habían salido, y lo que yo no creía que tenía o que ya había superado, este empezó a salir, incluso cosas nuevas que no había sentido salieron...”*

10. VIOLETA, 30 AÑOS:

*“Y si varias veces, bueno antes de ir a escribir, este... era muy difícil para mí de, osea ir al baño y me estreñía demasiado que me dolía el riñón, que la cabeza, eso siempre la cabeza me dolía bastante, hasta ganas de volver me daban, cuando me dolía la cabeza, ganas de volver me daban y me ponía de malas todo, no aguantaba nada, y ya de que fui yo allá se me quitó eso, incluso de hacer del baño bien y todo”.*

12. NINFA, 38 AÑOS:

*“Todo, todo el día me la pasaba enferma, la colitis, gastritis no me decían que era colitis y eran mis nervios, era este, si no me dolía el estómago me dolía la cabeza. Siempre me dolía algo, se me inflamaba el estómago, me fracturé un pie de la nada, bueno no fue fractura, fue un esguince, fue un esguince, osea era todo, todo me dolía, me dolía la cabeza, todos los días era que se me inflamara el estómago como si estuviera yo embarazada, me decían no comas picante, pues como poquito decía yo, osea de todo lo que me decían la mitad. No tomes café, no pues nadamás tomo una taza decía yo, no tomes refresco, pues nadamás tantito, pero todo lo que me quitaban decía yo la mitad, iba yo al doctor porque a cada rato me quedaba afónica, 8 días hablaba y 8 días me quedaba de que yo no podía hablar, nada, se me cerraba la garganta. Decía el doctor, es que yo no entiendo porqué se enferma usted a cada rato, ¿no se acaba el medicamento?, si todo, y otra vez estudios, era el caso de la garganta... yo no tengo anginas, me operaron de las anginas de chica. Entonces era la garganta que se me cerraba, que no podía yo pasar comida, la cabeza, el estómago, osea siempre me enfermaba... o la tos que me enfermaba hasta más de un mes.”*

13. CEDRO, 65 AÑOS:

*“Bueno yo tenía una hipertensión, una presión de 140/280 hasta 320, entonces yo manejaba esas cifras, que eran demasiado altas, y de azúcar este, yo no sabía que era diabético, yo tuve un problema de cierta magnitud con la mas chica de mis hijas que se nos fue de la casa cuando cumplió 18 años y empecé a sentirme mal después de eso, esto como ya me había dado un infarto un poquito antes, entonces este, dijo mi esposa que me llevaron al doctor, entonces me llevaron a urgencias y dijo el doctor, bueno si usted tiene un problema ya qué pasó, qué le pasó, nada tuve un disgusto muy grande, necesita cuidarse y eso porque ya puedes repetir y va a ser de fatales consecuencias. Ya pasó y*

*todo, pero como a los dos meses, empecé a sentirme muy mal y empecé a tener... y entonces mi hija mayor nuevamente me dice que te pasa, porque es como mi mamá, es la hija que está más pendiente de mí, de mi persona no, entonces me dice, oye papá yo te veo mal, que te pasa. Le digo es que mi estómago, y efectivamente me sentía mal del estómago, entonces se va a la América Sur y me sacó una cita para que viera yo a un gastro, allá en la América Sur y me hicieron una endoscopia, al hacerme la endoscopia me encontraron que tenía yo un tumor y me lo sacaron, entonces me dijeron que me hablaban por teléfono, que fuera en 8 días. Pues resulta que me hablan a los dos días...” “Entonces este, no, no, no, no, lo que pasa es que usted es diabético y tiene 580 de azúcar, por eso me sentía yo tan mal, yo sentía que me moría.”*

*“...caí al hospital como unas 15 veces a terapia intensiva, entonces estaba 4, 8 días, 15 en terapia intensiva y era una situación muy difícil, sobre todo de ver a mi familia no, eso es lo que más me afectaba, se me junta la situación de que me asaltan, me asaltan 5 veces, me roban 5 automóviles, en el último me pongo al brinco y me dan un balazo en una pierna, sigo con esa depresión, y se me empieza a cargar mi niñez, que en mi caso es lo más difícil”.*

*“Y así fue, pero luego de repente si me subía la presión, luego me bajaba, entonces mi hija mayor, volvemos con mi hija mayor, agarra y me dice, oye papá, pues no es posible que estés así, me acaban de recomendar un médico que es una maravilla y todo, cobra bien, pero dicen que es excelente médico. Entonces fui a verlo, eran 1500 pesos de consulta y como 2000 de medicamentos y yo tomaba 17 pastillas, entonces me mandó a hacer unos estudios que me costaron como 50000 pesos, pero, unos estudios de caba a rabo, inclusive dormí con una computadora porque tengo amnea, tu sabes lo que es la amnea, que deja uno de respirar y eso, entonces me mandó con un otorrino, un médico militar que me cobró como 2000 pesos por la consulta, me hizo un estudio que me dolía hasta el alma, me metió unos alambres por la nariz, y yo no sabía ni por donde me iba a salir el alambre de este vuelo, y entonces me dijo que lo que tenía que hacer es que me tenía que operar de esta parte de la nariz, recortar la campanilla, recortar parte del paladar, porque mi conducto respiratorio estaba muy reducido y que había que hacer un recorte para agrandar, y que esa operación costaba 180000 pesos, bueno, pero yo veía al cardiólogo este y lo veía y salía peor, en vez de salir con el aliento de vas bien, y esto. Dentro de todo esto, unas*

*radiografías que me sacaron salen mis pulmones oscuros totalmente, y me dice, sabe que... a para esto me había dicho que yo necesitaba una operación a corazón abierto para cambiarme una arteria hacerla más gruesa y bajara la presión de sangre, y que este, pero que tenía otro problema, el problema estribaba que esas radiografías detectaba un enfisema pulmonar, porque tenía los pulmones negros y el corazón bastante crecido. Entonces la posición del corazón es así, y el mío está casi acostado porque busca espacio, entonces ese día me acompañó mi esposa a ver al doctor, salimos en silencio verdad, hasta que rompí ese silencio y le digo, oye hija, ya te diste cuenta de lo que dijo el doctor, pues por eso no tardo en morir, porque el enfisema pulmonar te mata, entonces que caso tiene gastar en una operación, porque empezaron mis hijas, pues mira papá mira el dinero es para gastarse y eso porque felizmente siempre me fue bien y todo, siempre tuve lana no, entonces era como 600 mil pesos de la operación del corazón mas la operación de acá, como un millón de pesos. Papá pues, es mas te ayudamos si quieres, pérate, pero mi esposa se resistió y dijo sabes que.. a para esto, desde antes me había dicho, te voy a sacar una cita en cardiología del seguro social, y casualmente al siguiente día de que este médico me había dicho que tenía yo un enfisema pulmonar, tenía la cita con el cardiólogo. No pude dormir, esa noche no dormir, porque, por que empezando me puse a hacer papeles y todo, juntar todo, para no dejarle problema a mi gente, pues hace tres años y medio, o sea tenía 61 años y fracción, 62 años”.*

*“Claro, es algo de las cosas maravillosas de lo cual estoy infinitamente agradecido con el grupo. Después de ir a un hospital a cada rato, pregúntame cuántas veces he regresado a un hospital. ¿Cuántas veces ha regresado a un hospital? Ninguna. Desde hace tres años, desde hace tres años, voy por mis chequeos normales, pero no he llegado de urgencia como antes, voy porque me tienen que checar cada mes como voy con mi azúcar, como voy con mi presión y eso, y ya.”*

*“Yo tengo una presión de 80/100, 80/110, como también hay veces que la tengo 120/160, pero ya no es tanto como antes.*

14. ALELÍ, 49 AÑOS:

*“Mal, a mi me quitaron el útero porque tenía miomas, me la quitaron un año antes de la experiencia. Si me dijo la acupunturista, hay “Alelí” si hubiera llegado antes te la*

*hubiéramos salvado, pero ya no se pudo hacer nada, tenía miomas, pues entonces estaba mal, se me subía y se me bajaba la presión y, tenía muchos problemas de salud, osea me enfermaba muy seguido, osea mal, mal, yo considero que estaba muy mal...”*

*“Y pues sí me sentí mucho muy diferente a como había llegado, y después de uff, no sé cuantos años, por primera vez dormí, sin pesadillas, porque yo sentía que me acostaba y que dormía pero no descansaba, tenía muchas pesadillas de lo mismo, de lo mismo...” “Si tengo a veces pesadillas, pero ya no el tipo de pesadillas que tenía, que me encerraban, que veía siluetas de hombres, y de ahí ya... hasta me dijeron todos, es que vienes con una tranquilidad...”*

15. CAMELIA, 27 AÑOS:

*“Antes pues si sentía que, has de cuenta siempre padecía de dolor de cabeza, y antes yo te digo... lo de la cabeza, y este... y la gripa. Como soy asmática, pues entonces había que evitar fumar y todo eso, pero pues siempre era muy... mi salud era como que muy delicada, porque me enfermaba a cada rato, y si no era la gripa, era el dolor de cabeza, y este... te digo que siempre estaba así como que una gripa y al médico y me daba medicamento y todo me lo tomaba. A veces si se me cortaba, a veces no. Después de la experiencia te cambia todo no... porque, pues pon tú... del asma ahorita ya no me he enfermado, del dolor de cabeza pues tampoco y... de gripa... me llega a dar, pero yo sé porqué es, porque traigo algo, porque estoy somatizando. Y es eso”.*

16. CIPRÉS, 36 AÑOS:

*“De hecho nunca... nadamás me enfermé, en todo lo que va de mi vida, nadamás me enfermé... me he enfermado dos veces, las dos veces he caído al hospital y es por comer... la primera vez, comí creo pollo que estaba dañado y me dio chiquilosos.. que es una enfermedad que transmiten los pollos”.*

17. OLMO, 33 AÑOS:

*“A nivel salud, pues la gastritis y la colitis, fueron... yo ya no podía probar bocado, llegó un momento en que ya no podía probar bocado porque, luego, luego el estómago se me inflamaba, me daba mucha diarrea, los riñones me empezaron a doler”.*



*“A nivel salud, h́jole bajé much́simo de peso, ya andaba pesando cerca los 90 kilos, adelgacé, ya me sent́a yo muy pesado, de hecho ya me daban dolores de espalda bien fuertes, muy, muy fuertes, bajé f́cil 15 kilos, producto de dejar de tomar, porque el tomar me daba mucha hambre, y cuando no tomaba, o cuando no teńa dinero para tomar, lo que haća era comprarme comida y comida, o ir al refrigerador a cada rato, entonces eso haća que subiera de peso. Se me fue quitando... pues pura ansiedad no... de hecho, antes cuando no teńa para tomar, lo que haća era estar en la cocina viendo que encontraba, viendo qú hacer, o estar comiendo chucherías no, pura porquería, ahora hasta el refresco dejé. Y a nivel comida, la carne tambín la he bajado much́simo porque era muy carnívoro yo, muy, muy carnívoro. La colitis bajó, no se quitó completamente, pero ya no son los mismos dolores que me daban antes, de eso que empezabas a correr y de repente ¡ay!... empezaba el dolor, ya no, ya no se presenta el dolor, la gastritis mucho menos, son los mas evidentes. El asma sigue dependiendo la época, el clima, si es muy polvoso, si me tengo que aplicar el spraid, uso ventolín, pero nadamás es en esos casos de mucho polvo o demasiado fŕo, es cuando se me empieza a dificultar el respirar. Entonces... antes me aventaba hasta cuatro aplicaciones para poder respirar, ahora nadamás es una, nadamás para que se abran las v́as respiratorias, y ya”.*

18. NOGAL, 41 AÑOS:

*“Teńa muchos problemas de garganta, teńa muchos problemas con la tos...” “...yo te podŕa decir que, despús de venir al grupo y la experiencia yo llegué muy ronco, yo ya no pod́a hablar y la garganta la teńa cerrada, pero... tengo 8 meses o 9 meses ḿs o menos, a partir de eso, la verdad es que mis malestares de garganta que es en lo que ḿs sufro, se han ido alargando cada vez ḿs y ḿs y ḿs, tengo un problema muy fuerte con la gastritis. Antes de eso era que todos los d́as era estar inflamado del estómago con un dolor de estómago, despús de haber tomado la experiencia... ese malestar de gastritis fue disminuyendo de una medida incréble que... yo ni siquiera me lo puedo explicar. Obviamente tengo que seguirla cuidando, pero que definitivamente mis malestares mas fuertes que eran el problema del estómago con gastritis y el tema de garganta se ha ido haciendo cada vez mas largo, ḿs largo, ḿs largo.”*

## **Categoría 5. Uso de terapias alternativas.**

El uso de terapias alternativas se encuentra en un 60% de la población entrevistada. Quienes han hecho uso de estas reportan una mejoría a nivel físico y emocional.

### **2. LAVANDA, 26 AÑOS:**

*“Bueno, los tomé un tiempo, pero que fueron, bueno primero sí, si los tomé como un mes, ya luego me alejé y los volví a retomar (las sesiones de acupuntura), pero este, pues si y la verdad si me alivianaban un buen, y más por cuestión de estrés y todo eso, uta no, no, no, osea para mí, de hecho yo creo que yo digo que necesito unas agujas o algo, porque pus si la verdad este, está bien cañón el estrés y todo, pero también por los horarios y todo también uno no puede venir, la cuestión económica me pegó mucho, en aquel entonces estaba de becaria, dicen de precaria, pero no tenía los recursos, osea no me alcanzaba, yo que más hubiera querido venir cada ocho días, cada quince días, pues no había la posibilidad, después se vino otra racha, entonces de plano ya no lo dejé, pero sí, yo sé que da resultado y sé que es bueno, pero no tengo.. a lo mejor ahorita ya tengo la posibilidad económica pero no tengo ahora el tiempo, o este, no me da tiempo de llegar a las sesiones, bueno, a la consulta, pues no me da tiempo, pero pus si para mí es lo máximo, más que una aspirina, un alka seltzer o que lo que sea de eso, osea para mí la acupuntura es lo mejor”.*

### **3. ALAMO, 31 AÑOS:**

*“No nunca he podido utilizarlas porque pues de hecho el grupo me queda muy lejos de mi casa, yo vivo en Naucalpan, entonces, pues de aquí a mi casa hago un promedio de hora y media a dos horas en transporte público, y pues si me cuesta mucho trabajo venir y como el empleo es de las nueve de la mañana a seis de la tarde, pues no me queda tiempo para hacer ese...pues para utilizar los demás servicios del grupo”.*

### **4. MARGARITA, 29 AÑOS:**

*“...me recomendaron el curso de Bioenergética, entonces ya estaba empezando, me dijeron tú ve y a lo mejor te aceptan y pues bueno si me toca. Entonces yo entré y en un ejercicio*

*en particular que fue resentimiento, que fue de brazo, entonces fue cuando yo, era una serie de 3 ejercicios igual de brazo, al primero yo caí y no me pude levantar, osea fue así una crisis emocional, profunda que yo ya no podía conmigo, de hecho ya no me pude parar, el destino dice ya, todos se repartieron no, ya sabes que se reparten para compartir, entonces yo no me quise ni parar, me dijo que si quería compartir y yo le dije que no quería trabajar, me sentía muy fatigada, entonces ya me senté en un rincón y se repartieron y entonces faltaba yo y entonces me tocó con la instructora, y entonces por alguna razón me toco ella, entonces ya compartí con ella bueno más bien ella me preguntaba porque yo no podía ni hablar, osea yo no tenía la capacidad de decir me paso esto, esto, ella me preguntaba que sentiste, qué pasó, qué esto, entonces al final en ese momento yo sentí cómo que algo.. .me empezó como mi trabajo espiritual, allí fue el parteaguas, porque a partir de allí yo me sentía acogida por ella, osea como que dijo este caso yo lo agarro. de forma muy particular, ya no a lo mejor como en grupo en si, sino en este caso yo lo agarró y ya, y a partir de allí se hizo un compromiso sin palabra porque así fue, osea cuando yo empecé a compartir ella me dijo que mi historial era idéntico al de ella, que por eso se identificaba”.*

5. DALIA, 49 AÑOS:

*“Pues nadamás vengo a acupuntura una o dos veces y ya no vuelvo a regresar, osea lo dejo incompleto a falta de dinero”.*

8. ROBLE, 30 AÑOS:

*“No, eso si no, apenas estoy planeando, por lo que es mi tiempo, no en el trabajo, pero que quería también ver si había, en el sentido de los masajes para la columna, es también lo que me quería informar, nadamás que ahorita no puedo por el tiempo que tengo en el trabajo”.*

9. TULE, 23 AÑOS:

*“Me trató un mes (el acupunturista), me mandó té, me puso agujas, masaje, y bueno por medio de toda esa terapia en la cuarta sesión, me citaba cada ocho días, después de un mes, yo me sentía sobre la enfermedad, me sentía ya muy bien, ya no tenía yo cistitis,*

*estaba yo muy bien, de hecho no lo podía creer, siendo una persona siento muy racional no,.. y ver que los téis y una agujita y los masajes me habían curado, osea increíble.”*

*“...usé todas esas alternativas, un ejemplo de eso incluso, no fue en cuanto a mi persona... traje a mí papá a masaje... y fue increíble lo que le hizo el masaje a mi papá, de veras, no te imaginas que increíble fue. Y que eso que le causó el masaje, ha ido creciendo paulatinamente, que yo creo que tiene que ver también con su edad, con sus achaques no... pero siento que fue un pequeño, pequeñísimo parteaguas que le hicieron cambiar actitudes en cuanto a nosotros, entonces, usé ese tipo de terapias por ejemplo con mi papá, conmigo mismo ya no vine yo a terapia, ya no sentía yo la necesidad. Tomé cursos, tomé un curso de masaje y, me sirvió mucho, para en ese momento del curso trabajarme emociones, que en ese momento salieron, me sirvió mucho en específico, en específico, el curso de masaje me dio valor para hacerme unos exámenes que tenía que hacerme, que no me los quería hacer por miedo, y este... el curso, aparte de que aprendí, me ayudó a hacerme esos exámenes, yo tenía mucho miedo de tener algo pues un poco grave, y me acuerdo mucho que fue creo, el padrino Alfredo que me hizo el masaje, que en aquel entonces fue en el pecho, que salió, es que tengo miedo a no se que, cuando terminé me dijo, bueno de todas maneras te vas a morir, o sea si tienes lo que tengas, si es mortal pues te vas a morir, mejor que lo sepas de una vez no... y dije pues sí, si es cierto, si es cierto, y eso fue lo que me ayudó a hacerme mis estudios, que gracias a dios no tuve nada grave no... y este... ahorita estoy retomando los estudios de masaje, y voy a seguir...”*

12. NINFA, 38 AÑOS:

*“Si, porque, ahí ya entró eso de bueno, yo hago todo y porqué ellos no hacen nada, y que tengo que hacer. Y un día llegó mi esposo de trabajar y me dice, es que estoy hasta la madre, tus hijos no entienden, no entienden t tú no les llamas la atención, dice, es que no es el hecho de que todos los días llegue y que quieras que todos los días les llame la atención. Bueno pues entonces yo, ¿yo solita nadamás?, dice bueno, voy a hacer algo. Creo que platicó contigo y le diste la opción con una psicóloga, me dice lo vas a llevar y ya luego le dije, me hubieras dicho que era yo la que tenía que platicar nuevamente la plática, si venimos varios meses, y también él, no se, el hecho de que le pusieron agujas (acupuntura),*

*no sé que le hacía, si le ponía agujas, le daba masajito, todo eso, me dijo que ya no iba a platicar con él, que era yo quien tenía que platicar con él”.*

13. CEDRO, 65 AÑOS:

*“Bueno yo tenía una hipertensión, una presión de 140/280 hasta 320. Nada me lo controlaba, únicamente me lo controló una acupunturista que lamentablemente en el temblor de 85 se le vino su consultorio encima y murió ella, pero había sido la única persona que me la había controlado...”*

*“Bueno yo no sabía que iba a escribir, yo fui a la acupuntura como una opción, no bien definida, sino que yo en mi casa decía que, que tenía, y les decía yo que tenía dolores de cabeza, entonces este, mi hija mayor me dijo que viniera a la doctora, que estaba en acupuntura y que, pues había resultado buena como acupunturista, entonces yo vine, y me preguntó que por qué venía, le dije que porque tenía dolores de cabeza, entonces ella me dijo, me empezó a oscultar y me dijo que yo no tenía eso, que yo tenía otra cosa, que qué pasaba. Antes de esto pues le hice notar que a mí ya me había dado un infarto y que yo era hipertenso y diabético”.*

14. ALELÍ, 49 AÑOS:

*“Me han ayudado mucho, por ejemplo, tomé bioenergética, y ahí sentí cuando nací, hay sentí bien bonito, y todavía ahí trabajé mucho, porque todavía tenía mucho dolor, ahí trabajé mucho el dolor. Yo me acuerdo que cuando nos decían,... pueden gritar, mi palabra era dolor y dolor y hasta la fecha siento que me duele mucho porque no me hablo con mis hermanas, no me hablo”.*

*“Nombre... yo cada semana era salir con los ojos bien hinchados, pero me sentí bien, muy bien después de que terminaba, me sentía tranquila, sentía que me desahogaba, pues si siento que sí, me han ayudado mucho los cursos que se dan aquí”.*

*“(la acupuntura) ...me ayudó, me niveló mi presión, todavía mi hija de vez en cuando me las pone (tachuelas), si, me niveló la presión, porque yo era de las que la presión arriba, a pesar de una escritura...”*

15. CAMELIA, 27 AÑOS:

“Pon tu que, ya sea de que me duele la cabeza y pues tomaba pastillas y todo eso, por ejemplo, ahorita que me están tratando un dolor aquí en la espalda de un día que me caí, entonces me dijeron que podría ser frío, que fuera a que me sacara unas placas, pero ahorita que me ha estado tratando con acupuntura, fíjate que no me ha estado doliendo mucho, y yo a veces sí decía, no pues como me va a ayudar una aguja. Yo creo que sí es muy buena la acupuntura, yo siento que sí, si me ha ayudado”.

16. CIPRÉS, 36 AÑOS:

*“El de masaje. No pues si me ha ayudado, porque la verdad.. yo desde que era chamaco, me acuerdo que... por ejemplo... alguien se lastimaba iba y lo sobaba... me decían... hay ya me curaste... pero me decían con el tiempo... oye lo que me hiciste me resultó, pero yo sin saberlo. Entonces no fue una persona, fueron varias, entonces... yo tengo.. bueno frecuentaba amigos que... pues que tenían otro tipo de vida, como dicen aquí, eran más espirituales”.*

17.- OLMO, 33 AÑOS:

*“Vine una vez a acupuntura porque yo tenía, o tengo un cuadro de asma...”... cuando vine aquí a acupuntura, me pusieron las agujas y todo, pero ya no seguí viniendo, y ya no seguí viniendo porque la verdad es muy temprano, y para las horas de trabajo, la verdad si está un poquito complicado, estar pidiendo permiso para salir a cada rato.”*

18. NOGAL, 41 AÑOS:

*“...el tema de usar la parte de acupuntura y todo eso, no se me ha dado, como que mi intención en el grupo es más hacia el sentido de... de ver la parte espiritual”.*

### **Categoría 6.- Reconoce un Poder Superior en su vida.**

De manera general, se observa un reconocimiento de una entidad Superior que influye en la vida de los entrevistados. Sin embargo, la relación que se entabla con esta presenta

matices que van desde una constante interacción, hasta el recurrir sólo en casos cuando la persona lo necesita.

1. JAZMIN, 27 AÑOS:

*“Estoy aquí porque entendí que el jefe me mandó un mensaje así de “vas”, tres años en grupo religioso, trabajando con él, yo nunca pensé volver a caer en un grupo para volver a trabajar con él, y cuando llego a Victoria y veo que es estar con el, pero estar con él ahora si bien al cien, ahí me dí cuenta de eso, del porqué estoy aquí, porque yo, porque de un modo u otro él me ha puesto en este camino, no, de un modo u otro me ha dicho, guey aquí es...”*

1. LAVANDA, 26 AÑOS:

*“Pues yo me agarré pues del jefe, del jefe y del grupo, osea de todos, en sí toda la experiencia, porque siempre cada experiencia aunque, hay ya va lo mismo y esto, pero no es cierto siempre es diferente, siempre el ahijado es diferente, siempre, hasta la persona que coordina, todo, todo es diferente, hasta el ambiente, el frío, el calor, el sueño es diferente, siempre, siempre es diferente, y siempre vas a aprender algo nuevo, siempre, de cada persona o de muchas personas”.*

2. ALAMO, 31 AÑOS:

*“...tengo una niña que tiene retraso psicomotor, bueno, ahora me doy cuenta de que la causa de que ella tenga ese retraso fue porque yo tenía relaciones sexuales estando alcoholizado o drogado, y eso era algo que tampoco aceptaba, que yo decía que no era cierto que eso era, en este caso, siempre lo justificaba que era la voluntad de Dios.”*

3. MARGARITA, 29 AÑOS:

*“...el veinte fue... que era tristeza, melancolía, de que yo tenía que dejar muchas cosas ,incluyendo... no lo quiero decir así, porque yo se que no va a hacer así, incluyendo al grupo, no por decisión mía sino por decisión del jefe, así como me hizo cuando me mando a Puebla cuando me fracture el pie, que no había quien me trajera cuando yo quisiera venir ,a que me dijo cálmate no, tienes chamba en tu casa con tu mamá , osea dedícate a*

*hacer tu chamba en tu casa con tu mamá y después de eso me mandan a Puebla y yo ya no pude venir ni por una ni por otra...”*

4. DALIA, 49 AÑOS:

*“Otra arma que encontré fue el, pues, acercarme más a Dios porque antes... osea si le pedía, pero no.. no como cuando regresas de acá, porque acá empiezas a ver la espiritualidad y como le pides a Dios, eso fue lo más importante para mí...”*

5. OYAMEL, 27 AÑOS:

*“Qué otras cosas... a pues el cambio con Dios, el cambio con Dios, que igual de la misma manera, no puedo decir que soy un espiritualoide y que lo siento a cada momento, pero ya siempre estoy, siempre le pido que no me deje, siempre este, que no me aparte de su camino, le pido a mi mamá que rece mucho por mí, que haga oración. Volvió ese contacto con Dios, pues que la mayoría de los mexicanos también tenemos, con un Dios cristiano. Yo creo que también ese ha sido el cambio, que ya no puedo estar sin un Dios, ya tengo que agarrarme a fuerzas de él, si no, no la armo”.*

6. SAUCE, 29 AÑOS:

*“...no es el papel de Victoria hacer esto. Ellos.. la idea es trabajar con tus emociones, con tus desapegos y por lo demás viene por añadidura. Esa es mi conclusión. Ellos cuando llegas ahí dicen... no importa si tu eres judío, musulmán, lo que sea, aquí vamos a trabajar las emociones y a quitarnos las adicciones. Se habla de un poder supremo, está bien, cada quien visualiza su poder supremo de alguna forma, muchos se lo pueden imaginar un hombrecito sufriendo en la cruz, está bien, nadamás...”*

7. ROBLE, 30 AÑOS:

*“Esa es una de las herramientas, otra es que realmente me, me enseñó a tener un contacto consciente con mi poder superior, eso fue también algo que en ningún otro lado hubiera encontrado. Eso es lo que me ha ayudado mucho”.*

*“Sí, si, si, si, y yo sé que , ahorita que Dios, lo que me tiene preparado pues quien sabe porqué y ahora sí que lo que nunca había hecho, dejé mi voluntad a él, y la sigo dejando*



*no. Y para mí esa conciencia pues es Dios, es defraudarlo a él, a ti mismo, porque hay cosas que, aunque muchas veces pasa que hice cosas sin querer y sin darme cuenta de la magnitud. “Eso fue lo que encontré, no que, y más, más, más también encontré un fortalecimiento espiritual que había cositas que todavía tenía la duda... entonces ahí encontré la guía de que no gúey, échale ganas y las cosas son como debe de ser, ahí fue cuando realmente dejé mi voluntad a un poder superior, el decir, si cierto, él es el que lleva mi vida, yo soy simplemente un instrumento”.*

8. TULE, 23 AÑOS:

*“Entonces llegué a mi casa, me puse en disposición, incluso como se hace aquí, me puse en disposición en mi casa y todo y dije Dios mío, si voy a regresar (al grupo)... entendiendo... osea sí lo entiendo así, me quiero ayudar... donde pues ahí gúey, pero que va a pasar por las razones por las que ya no fui...”*

9. VIOLETA, 30 AÑOS:

*“También eso nunca me lo enseñaron mis papá no, pero muchas de las veces sí, para que le voy a decir diario, sería mentir no... este luego sí cuando empiezo a trabajar, luego digo, hay Dios mío que se haga tu voluntad y no la mía, si he de acabar mi trabajo pues bien y si no pus ni modo, luego también muchas veces ese es mi error, de que yo tengo muchas ganas de salir adelante, siempre ese ha sido mi meta, desde que era chiquita, salir adelante y tener mis cosas y todo. Entonces, pero ese es mi error, porque siempre en vez de decir primeramente Dios, siempre yo planeo todo, no pues esta semana me va a ir bien, y voy a hacer eso y voy a hacer el otro, y este, resulta ser que luego no pasa, entonces luego él es lo que me dice (su esposo), no es que tu dispones y no es así, es lo que Dios quiera, no lo que tu quieras y dice es malo estar... como me dice...osea yo ya bien preparado mi plan y que no va a ser así, y que... me dice... antes de planear tu debes de decir, que se haga tu voluntad y no la mía, entonces muchas de las veces si es lo que hago no... o a veces digo, gracias señor por lo que me diste o algo así, es lo que hago”.*

10. DELFA, 26 AÑOS:

*“...tengo refrigerador, gracias a Dios un tío me lo dio, tenemos estufa gracias a Dios, mi cuñada me la regaló, tenemos una cama, no sé, no creo que necesites más, afortunadamente mi esposo antes de salirse de trabajar me pudo comprar una lavadora, que gratis venía un horno de microondas, yo siento que si en este momento Dios nos da la oportunidad de construir un pequeño cuarto atrás, tenemos lo necesario para poder estar nosotros aparte...”*

13. CEDRO, 65 AÑOS:

*“Pues básicamente me di cuenta de que no estaba solo, que tenía yo un poder superior que me vigilaba y que me había mandado todo lo que había vivido para ver hasta donde tenía resistencia, que me lo había mandado como una prueba verdad, y que felizmente esa prueba no la había pasado del todo pero, que me había dado más de lo que pude haber merecido, y hoy por hoy así lo pienso, que el jefe me ha dado demasiado, más de lo que puedo merecer tal vez...”*

14. ALELÍ, 49 AÑOS:

*“Porque gracias a ustedes muchos podemos estar mejor, y gracias a Dios porque están aquí, porque está este lugar, y si veo que dan mucho de ustedes”.*

15. CAMELIA, 27 AÑOS:

*“En el aspecto del trabajo como que ahí si estoy un poquito atorada porque, pues como que no le he buscado todavía lo que me gusta no, pero finalmente gracias a Dios ahorita tengo trabajo, ahorita está bien, porque eso de conseguir trabajo, y bien o mal tengo trabajo, el sueldo no está tan mal, y que a lo mejor estoy ahí un momento pero pues no es para siempre, tratando de echarle ganas yo también.”*

16. CIPRÉS, 36 AÑOS:

*“...bueno si tu poder superior te dice que seas serio, mi poder superior me dice que yo quiero gritar si quiero, reír, bailar, lo que sea... pero no sé si esté bien o esté mal, pero para mí es... así yo me siento bien alabando al señor, a mi poder superior.”*

17. OLMO, 33 AÑOS:

*“Mi hija, pues... a pesar de que nos vemos muy poco, por situaciones adversas y porque le metieron ideas y todo el rollo de cuando nos separamos, pues para mí representa mi vida, es mi amor es..., que obviamente no voy a interrumpir una felicidad que ella tiene estable, porque antes la obligaba a verme, osea... si no vienes a verme voy a demandar a tu mamá. Ahora puedo decir, hija... si tu quieres verme me da mucho gusto si no, pues que Dios te bendiga y lo que necesites nadamás.”*

18. NOGAL, 41 AÑOS:

*“Yo he sido una persona que no va mucho a la iglesia, pero en las últimas fechas cuando pasa lo del trabajo, pues era todos los domingos ir a misa, y tratar así como que... mira veme soy bueno, realmente soy bueno. Yo te podría decir que a partir de eso, muchas cosas en mi vida cambiaron... cuando me refiero a ahora que tengo problemas o quiero platicar con alguien del tema, invariablemente sale el tema de Dios. Para muchas personas puede ser que no sea muy grato el que lo menciones, pero créeme que para mí ya se volvió algo inconsciente, si al final de cuentas no lo quiere tomar, seguro ya no lo voy a seguir haciendo, o platicando de esa forma, pero yo te podría decir que ahora mi relación con Dios es.. yo hago las cosas de cierta forma esperando sentirme bien yo, esperando sentir bien a la gente que está conmigo, y esperando que Dios esté de acuerdo con eso. No considero que mi vida ahorita esté alineada, así como que... lo que Dios quiera y eso, porque también me queda claro que uno tiene que poner de su parte para poderlo hacer, pero esa parte d mi vida donde no existía un confort, alguien que me confortara aunque no estuviera ahí, alguien con el que yo pudiera platicar o dormir... y decirle Dios mío hice todo esto, o.. me hace falta paciencia, por favor concédemela, o me hace falta... pues no sé, simplemente que me digas el camino.. es con Dios, mi tema de ir a la iglesia sigue siendo igual de lejano, no he ido realmente, pero si te podría decir que... independientemente de todas las cosas materiales que tengo, y de toda la relación que puedo tener con mi familia, el hecho de tener un apoyo moral y de tener un apoyo de un ser Supremo, de alguien que no ves, pero que tu sabes que está ahí, hace la diferencia entre lo que yo pueda hacer y lo que no pueda hacer”.*

*“A lo que voy es que... lo que me ha dejado el tema de Dios ahorita es... como quererme y como quererlo, y como pensar que... que si no sabía que estaba o sabía inconscientemente que estaba ahora más conscientemente sé que él está conmigo, eso es lo que me ha dejado a mí”.*

*“Yo leyendo una ocasión una novela, no recuerdo el nombre, donde a alguien le preguntaban... si estaba Dios, y le decía... si si está, está conmigo... y le decía.. y cómo lo sabes porque no se ve... no lo puedes ver, no lo puedes medir, y contestaba... pues es que no necesito verlo ni medirlo, lo único que necesito es saber que está ahí... y es lo que me ha pasado, no necesito verlo ni que esté presente, lo único que necesito es saber que está ahí conmigo. Entonces para mí el hecho de tenerlo conmigo, es muy grande, antes y después me preguntabas del tema... pues como cambió mi vida espiritualmente... te puedo decir que... en todos mis momentos de reflexión y en todos los momentos de agradecimiento, e incluso de rebeldía, quien se manifiesta es Dios, como un objetivo, como algo que a lo mejor no tiene una explicación física... y no tienen una explicación lógica... y sobre todo, cuando no encuentras explicaciones lógicas, lo que digo es... no es lógico...pero no te debes de cerrar porque seguro Dios te quiere decir algo y hay que abrir los ojos para saber lo que hace”.*

### **Categoría 7.- Recaídas durante la recuperación.**

La recaída en el consumo de sustancias y/o estados emocionales es algo que experimentan la mayoría de las personas entrevistadas; sin embargo, aquellos que “recayeron” y retomaron su trabajo personal en la institución reportan sobriedad al momento de la entrevista, a diferencia de aquellos que reportan un mayor alejamiento del grupo.

#### **1. JAZMIN, 27 AÑOS:**

*“...va pasando el tiempo, el tiempo es un año, y durante ese año, es cuando me sentía aún mas sola después de haber vivido un 4° y 5° paso, pero yo sabía a consecuencia de que yo había sido deshonesto conmigo misma, empecé a drogarme desde la mañana hasta la*

*noche, empecé a tomar cada vez más, yo tenía la filosofía, pues una copita no hace nada y al contrario, era todo lo contrario, era de que de una copita seguía la botella, seguía la cerveza, seguía lo que se me pusiera en frente, hasta que llego con una madrina. Yo voy con la madrina, con una sola consulta que me dio, me dice, sabes que onda... tienes que volver a escribir... y para mí fue un golpe muy fuerte..."*

2. PINGÜICA, 26 AÑOS:

*"Siempre he tenido un problema de los apegos, toda mi vida, hasta con mi familia, con el muñequito, con todo, no..., yo creo que era eso, es que era más el apego a él, era el decir, no, pero porqué, osea que le hice, estoy bien fea. Otra vez me veía al espejo y decía pinche fea no, pinche gorda que lo llegué a volver a decir, osea estás gorda, si comía pero decía, estas gorda, pesaba 50 kilos y mido 1.52, entonces este, decía, estoy bien pinche gorda o así, empezaba mi trastornito, de hecho hasta me ponía cremas, fajas, y todo para según yo bajar de peso cuando estaba flaca."*

3. ALAMO, 31 AÑOS:

*"No...bueno, me tomé una copa pero fue por accidente, osea no fue intencional, droga, no... no intencionalmente pero sí, bueno alguna vez trabajando, pintando un baño con esmalte, ahí pues lógico que te llega el olor del solvente y pues le cerré a la puerta, entonces sí... no lo hice pero sí lo hice.." "Pues mucho malestar físico, pero lo más fuerte, mucho malestar emocional. Era otra vez el sentirme mal, el sentirme triste, el sentir que la había regado, que no tenía que estar haciendo esas cosas, si sobre todo era emocional mucho el problema".*

4. MARGARITA, 29 AÑOS:

*"...porque tuve una crisis en ese periodo me dijo ella (una madrina) que era normal, osea fuè otra vez como hasta al fondo y sáquenme por favor, porque se supone que yo ya estoy haciendo un trabajo y me fui otra vez, osea no con los mismos resentimientos no con nada pero es...osea mi depresión, bueno yo supongo que es la de todos era como incontrolable, de repente ya cuando yo veía ya estaba yo ahí, y a mi me da un terror terrible eso si fue con algo que yo regrese yo regrese y a partir de allí empezó mi lucha, un terror terrible de*

*deprimirme, osea yo no sabía la diferencia de ponerte triste-melancólica a la de depresión, entonces yo me empezaba a poner triste y me estresaba demasiado y me empezaba a angustiar y entonces eso hacia que yo tuviera ansiedad que me angustiara, que todo y entonces yo no sabía”.*

5. DALIA, 49 AÑOS:

*“No... es que no me fui a fondear madrina, se lo juro que no. y dice... pues entonces vallase a apoyar a la hacienda, si si voy, pero ni me dio coraje ni nada... me dio risa, por como me lo dijo”.*

6. OYAMEL, 27 AÑOS:

*“No, a drogarme no, he vuelto a tomar, ya no he vuelto a tomar igual, ya no puedes, ya no puedes, al menos en mi caso, voy a hablar de mi caso, ya no tomas igual, no, llegó un momento que dejé pasar, viví bien chido y estaba bien espiritualoide, después vuelves a recaer con las amistades, empiezan pruebas de ácido que dicen, que yo digo que no son pruebas de ácido, han sido de has ido a chingar a tu madre porque estas bien pendejo porque sigues ahí, no son de ácido, esas cosas son porque uno las busca y uno quiere. Ahorita estoy un poco más fortalecido gracias a mi esposa que siempre me está chingando que no debo de tomar, digo me está chingando porque me dice, me dice, me dice, y no me enoja que me diga, si no sé que tiene razón, por mi hija, por mis padres, pues toda la gente que está a mi alrededor, apenas estoy haciendo consciente de que las amistades las tengo que ir dejando, que han sido amistades de muchos años y que realmente quiero mucho, y están en mi corazón, pero ahora sé que ya las tengo que ir dejando, que los tengo que ir dejando. Y eso me costaba mucho trabajo, en mi caso, yo tengo amigos desde hace muchos años desde niños, y que siempre he estado con ellos, siempre, siempre, siempre. Entonces eso, a mí en lo particular a mí me ha costado mucho para no estar ahí en la tentación o que te estén invitando o te hagan presión, todo eso. Pues ya los he ido empezando a dejar, y pues ahorita voy bien”.*

*“Pues el egoísmo, en mi caso el egoísmo, porque, por ejemplo, yo soy un alcoholico de fines de semana, bueno de los muchos, pero a mí los viernes y los sábados se me enciende la mecha, es, como le dicen los otros, condicionamiento, dicen los conductistas. Esos días*

*son días de riesgo para mí, esos días regresa la ansiedad de querer irte al reventón, que eso significa ya no pensar en los otros, en este caso mi esposa y mi hija, ya a lo mejor salta el egoísmo, de pensar yo de quererme ir a divertir, pero pues ellas que se queden ahí guardadas, entonces esa es la que más me salta. Un egoísta que siempre yo he sido...”*

8. ROBLE, 30 AÑOS:

*“Y si, más más en mis actitudes no..., como en esa de cómo le contesto a mi esposa, en ese ejemplo que te dí, de me vale tu pedo, en lugar de... sabes que agarra la onda, no sé pues mas suave, pero en esas actitudes es en donde más he recaído”.*

9. TULE, 23 AÑOS:

*“...en el tiempo que me desapegué del grupo, ¿quien sabe porqué verdad? Cometí estupideces, las tonterías que cometí que creo que hasta cierto punto no son tonterías, creo que fueron algo necesario en su momento para aprender lo que aprendí, porque aprendí algo muy cabrón, que tiene que ver en cuanto a tener relaciones sexuales sin amor, nadamás por lo que quieras, ni siquiera por ansiedad, fue por aumentar el ego, fue para sentirme, no sé, pendejamente mejor, no se para..., no sé..., pues coger por coger... nadamás no hay otra razón, no encuentro otras palabras pues... eso fue lo que digamos, ahorita digamos como por febrero, sentí el chingadazo de guey, osea, hiciste esto y estas sintiendo pero en su madre, osea yo me sentía super mal, super mal, entonces fui a hablar con la madrina que es mi asesora, no fui a hablar de mi tesis, fui a hablar de mí persona, aparte de eso, pues otras cosas en cuanto al trabajo, en cuanto a frustraciones profesionales, situaciones siento no tan cabronas, mas tan, tan cabronas como esto que te estoy contando sobre el sexo, que se lo comenté a la madrina. Incluso creo que yo nunca había hablado con ella de eso, y dije pues no... lo voy a hablar, lo hablé, lo platicamos, padrísimo... después de que... pues una apadrinada, no.. .después de que me super apadrinó y todo el asunto, le dije: qué hago... osea qué hago... estoy dispuesto a hacer lo necesario para ya no caer en lo mismo, qué hago. Yo... pues es que yo solo no puedo, que hago”.*

10. VIOLETA, 30 AÑOS:

*“Bueno, muchas de las veces, pues cuando hay una fiesta se me antoja mucho la cerveza, y si me tomo una o que un vasito luego me invitan y me tomo un vasito, pero ya no mas. Y luego yo digo, porqué se me antojará, pero se me antoja así con hartas ganas y este, es eso. Y otra es que mi carácter, es que soy bien enojona con tantito así que me digan , me prendo, osea empiezo así a decir pendejadas, esas, de que mi carácter”*

*“Pues que me he alejado de aquí, si porque cuando uno viene aquí y va a su casa, está tranquilo. Y ya de que deja uno de ir, vuelve uno a lo mismo. También incluso cuando va uno a la hacienda, pues como que entra otra vez aquello que encuentra uno allá, pero es bueno... y luego uno vuelve a cometer los mismo errores. En mi caso, ya es mi carácter, es eso, entonces yo vuelvo a lo mismo, así de que me enojo así, y a gritarle a mi hija porque es más con ella. Es luego muy terca. Entonces luego le grito, ese es mi defecto de que le grito o a veces le meto sus nalgadas, eso es. Pero yo luego digo que es porque yo no estoy apegada aquí, porque si yo estuviera apegada aquí no sería yo así. Entonces lo que le digo, se siente uno tranquilo, al venir aquí uno se siente tranquilo. Y yo lo he visto con los demás porque así pasa, siempre que viene uno aquí o va allá a la hacienda, esta uno dice uno, está bien cargado espiritualmente, pero después como que se pasa, pero es por lo mismo de que, yo digo no, uno no está apegado aquí”.*

#### 11. DELFA, 26 AÑOS:

*“Entonces según yo... empecé otra vez a enojarme por cosas pequeñas y me detenía, no haber... acabas de ir y control. Pero el ya ese control se fue descontrolando y ya llegó un momento en que... como dejé de ir definitivamente al grupo, ya... como que ya pasó a segundo término.. y se me olvido o yo hice que se me olvidara lo que había pasado y volví a mi vida normal, osea ya con otras responsabilidades ya más gruesas que antes que escuela, porque ya era totalmente tener vida de casada, era ya una hija ya más grande, era ya tener que terminar la escuela, trabajar y demás”.*

*“Si he tomado, pero no a emborracharme, yo siento que el hecho de yo tomar es como que inocentemente, que finalmente yo se que está mal, créeme, siempre he estado consciente, al momento de tocar el vaso y de que voy a tomar el primer trago de alcohol yo se que está mal, sin embargo lo he hecho porque considero que es inocente, inocente porque, porque lo he visto, osea yo sé que no es una justificación, osea definitivamente yo sé que estoy mal*



*desde el momento que veo la botella en la fiesta a la que voy, pero yo siento que lo quiero justificar de manera inocente porque lo he tomado así como que, el resto de la gente no te entiende cuando tu le dices, es que ya no tomo, si te ha visto que tomas, y te empiezan a juzgar... hay como no vas a tomar, sobre todo tus amistades, y a lo mejor en ese momento, bueno yo lo he dejado pasar y no he dicho, pues no tomo y punto, y si me vas a decir lo que quieras, que sangrona, que payasa, lo que sea, di lo que quieras, pero a lo mejor ante tu familia no lo puedes manejar de esa forma porque no les puedes explicar a lo mejor que ya fuiste a un grupo de apoyo, que ya ves las cosas diferentes porque, pues a tu familia como que no le cae el veinte, a lo mejor papá si, a lo mejor papás y hermanos sí, pero tíos ya no, entonces pues que optas, como por darles el avión un poco, pues órale, que te vas a tomar, digo fueron pocas las veces que me emborraché a más no pude y casi siempre fue en la adolescencia, fue el CCH, pero si me llegaron a ver mis tíos obviamente en las fiestas que tomaba y que la chela y demás no, pero ya después de haber vivido mi experiencia y que volvió a pasar, ya me limitaba, osea si antes me tomaba, no sé, un cuarto de la botella de tequila que me ponían en la mesa, ya nadamás me tomaba un caballito no, a lo mejor, osea me limitaba... una, porque yo sabía que estaba mal y, dos, para evitar esos conflictos con mi familia de que dijeran, no que quien sabe que y dar explicaciones y explicaciones. Entonces ya de escribir nunca me he vuelto a emborrachar como me emborraché las veces que pasó, una vez se me subió de más pero porque no había comido nada y fui a festejar con las amigas, fuimos a festejar que no nos habíamos visto. Y ahí en la casa de mi amiga, llegó su esposo y nos dijo, a pues que si quieren tengo tequila, y pues yo no había comido, pero inocentemente pues estábamos ahí, nos acabamos primero la bolsa de chicharrones antes que la bolsa de tequila, y no te miento si me tomé 4 caballitos fueron muchos, pero, pues la situación fue que como no había comido se me subió de más, y sí ya me sentía mariada, pero de que recuerde, si recuerdo todo lo que pasó, creo que esa ha sido la única vez a partir de que tuve mi experiencia, que he tenido el alcohol más arriba en las venas que otras veces”.*

*“No, yo creo que no, más bien el hecho de no trabajar con mi persona, me ha provocado más problemas que el alcohol, si, el hecho de... mira todos los problemas que yo pueda tener con mi esposo, todos, hasta el mínimo que tu te imagines, es porque yo me enojo, entonces yo soy muy poco tolerante, yo quiero que él sea de cierta forma, por ejemplo el*

*hecho de que el tome, que aún siga tomando, a mí me molesta mucho, entonces como que estoy sobre de él en el aspecto de que... para que fuiste a un grupo si vas a volver a tomar, y para que fuiste al grupo. Y ahora que él ha ido al grupo ya sin necesidad de ir a junta de apoyo porque ya pasó lo de su hermana, me molesta que vaya, porque, porque a lo mejor sale... o no sé, como que siento que ahí me está fallando mucho el aspecto de, del espacio personal, como que estoy cayendo... y lo bueno es que ahorita ya me di cuenta y estoy tratando de trabajarlo, pero estoy cayendo en la cuenta de que yo necesito verlo y ver que está haciendo o saber en donde está, que sea algo justificable para que yo no me enoje...”*  
*“básicamente yo creo que sería eso, que no he trabajado esa parte de la tolerancia, que no me he puesto a pensar y digo a ver... que te pasa, está donde tiene que estar y punto”.*

12. NINFA, 38 AÑOS:

*“Pues son causas, luego si me enojo, pero no es de ese enojo de me enojé y ya, sino que exploto, así de que no te metas conmigo, hace poco, cuando compró el carro, tenía un vochito, me decía manéjalo, se me hacía bien fácil, pero ahí en la casa, porque era bien rústico así, pero el que compró como que le piso tantito y se va, yo no le tengo confianza, le dije, compra un automático, me dice no, porque son mas caras las refacciones y no se que, y te tienes que enseñar, y le dije... a fuerzas”. “Ahora mi cuñada apenas este mes se compró su camioneta automática para irse a trabajar, dije pues pinche carro se maneja solo, y ya luego veníamos del super esa noche, y venía su hermana, y empieza a chingar otra vez, ya ves, mira mi hermana ya trae la camioneta, y así como que me estuvo pique y pique, y me enojé mucho pero al momento yo no supe porqué, pero exploté. Sabes que, que no estés chingando porque compraste tu pinche chingadera la que tu quisiste, y así se lo dije pero enojada, tan enojada que yo me sorprendí, tu la compraste tu chingadera y compraste lo que tu quisiste y a mí no me estés chingando, se quedó (hace una cara de sorpresa), porque nunca le hablo así, no estés chingando, si tu hubieras querido hubieras comprado el que yo te dije, así que no me estés chingando... y se quedó... no me dijo nada porque ya cuando me ve enojada ya no me dice nada, antes si me picaba y haber quien ganaba, ya me dice: pero es que no era para que me contestaras así, y no es para que tú me estés chingue y chingue con eso, osea, todavía seguía yo enojada, le dije no me estés diciendo eso porque yo no te comparo con nadie, y se quedó así... es que el hecho de que*

*me compararas, yo me enojé mucho, y todavía en la noche que me preguntó yo seguía muy enojada. Le dije ya no me digas nada, es que ya estas otra vez de enojona, el hecho de que yo me enoje es que no le permito de que tenga o no tenga la razón, si yo me enojo la tenga o no la tenga yo tengo la razón y no me grites y no me digas nada, que no me puede decir cállate, pues cállate tu. Tu porqué me callas, y así empezamos, y que no me calles, dice es que tú siempre quieres tener la razón, dice eres muy buena gente, tienes el carácter muy bonito pero cuando a ti te hacen enojar te vale todo, y en ese aspecto si me he dado cuenta que me enojo pero así mucho, mucho y no lo puedo controlar, y al momento que me lo hacen si me enojo mucho”.*

13. CEDRO, 65 AÑOS:

*“Fíjate que he estado a punto, pero me acuerdo del compromiso que me hice, no que hice con el grupo, el compromiso que me hice yo, si, entonces ese compromiso que me hice es el que me detiene, independientemente de que para pelearse se necesitan dos y nadie me da pelea, así de fácil, jamás en la vida, así como lo oyes, jamás en la vida nos hemos faltado al respeto ni mis hijos, ni mi mujer y yo, nunca nos hemos dicho ni siquiera un baboso o idiota, mucho menos una grosería, en 44 , 47 años que tenemos de conocernos, 44 de casados y tres de noviazgo, jamás nos hemos faltado al respeto, siempre nos hemos acudido al diálogo, si, porqué, porque tenemos derecho a disgustarnos.”*

16. CIPRÉS, 36 AÑOS:

*“...pues el haber recaído otra vez en mis defectos de carácter. En ese caso fue la lujuria. Si, más que nada era lo que quería sacar, que... te digo saqué lo de mi pareja... lo de mi mujer, lo de esta chava, era lo que quería...”*

17. OLMO, 33 AÑOS:

*“...obviamente el dominio de las emociones, sobre todo cuando te enamoras supuestamente, y acabas perdiendo a la persona otra vez, ahí me di cuenta que no era tan fuerte como... como dice una canción no, no era tan fuerte como lo pensaba, y este... me sentí solo otra vez, pero... sobre todo me acuerdo muchísimo porque fue con mi hermano,*

*que te dijo, tómate una, me sentí capaz de dominar otra vez el alcohol, decir me tomo una..., pero no... acabé... no emborrachándome pero si al grado de sentirme mariadón”.*

*“...pero ya después fue en Navidad cuando empezaron las broncas emocionales que andaba un poco desolado y triste, y tomas el pretexto y dices bueno... y como fui por mi hermano porque iba a pasarse el año nuevo con nosotros, me tomé esos alcoholicasos. Esa fue una, y la otra ocasión fue cuando se fue esta niña de mi vida, que se desapareció completamente en ese momento, andaba yo muy deprimido y, aparte otra vez, relegándome de la familia, sobre todo de mi mamá, porque me decía no... no importa, no te quería... y todo ese rollo, osea tu buscabas un apapacho, pero mi mamá me dio mucho amor adulto pero en ese momento no lo comprendí. Quería que me conmisieran y en esa ocasión, en Febrero de este año, antes de febrero, fuimos a un partido de fútbol, fue mi tío y me dice, bueno si te sientes mal, ora sí que yo me sentía comprendido en ese momento por él, yo te comprendo y acabé poniéndome una guarrapeta del tamaño del mundo”.*

18. NOGAL, 41 AÑOS:

*“Si he vuelto a tomar, tengo yo el conflicto muy grande ahí, porque..., no..., no tomo como para liberarme de algo, sino.. una cerveza o dos durante el lapso de tiempo largo. No llego más allá porque tengo un temor de llegar más allá, de decir, no lo voy a poder controlar, no lo voy a poder hacer, he tenido períodos de angustia donde, igual y digo... un tequila o una cerveza igual y me relaja y seguro lo pueden hacer, pero recuerdo nuevamente el tema y lo que mi padrino me comentó, de que, llega un momento de que puedo tomar tanto que aquello que no me atrevo a hacer en una forma consciente lo puedo hacer en una forma... no inconsciente, sino consciente también, pero con muchos tragos encima, entonces no.. no lo he hecho en la medida en que lo hacía, pero de que he tomado una copa o una cerveza si lo he hecho. Si lo he hecho”.*

*“A traído un tema de... un poco la resistencia de pensar que .. es chistoso... si tu me dijeras y me preguntaras... ¿esta mal que hayas tomado?, conscientemente o inconscientemente te diría que sí, pero conscientemente te diría que no, y se contrapone un poco. Si la pregunta se refiere a si he sentido remordimientos o culpa, te diría que no, y no porque... hay algo que creo que también es importante y es el tema de consciencia por decirlo así. Osea yo sé que... bueno está mal que lo diga pero... yo sé que una copa la puedo soportar, pero no una*

*copa muy larga, una copa ahorita, una copa al rato durante el día, si no más bien, una cerveza por decirlo así, pero más, más, más, ya no. No he sentido remordimientos, no he sentido remordimientos, si he detenido estar en convivios, por ejemplo, y estar tomando y he visto pasar las copas y decir, bueno pues igual y una y no pasa nada, pero... de repente pienso... si yo digo no... debe de ser no.. y no debe de haber más, no se si me estoy desviando o evadiendo la respuesta..."*

### **Categoría 8. Cambios en su vida después de la experiencia**

Entre los cambios que más citan los entrevistados está la mejora con respecto a la familia, ya sea padres, pareja y/o hijos, seguido por una abstinencia en el consumo de sustancias psicoactivas o drogas. Otro dato importante son las altas citas que hacen referencia a la obtención de un control de las emociones en el diario vivir.

#### **1. JAZMIN, 27 AÑOS:**

*"...mi papá en mi vida me había hecho eso, en mi vida mi papá nunca me había agarrado de la mano, mi papá nunca me había dicho vamos a comer juntos, mi papá nunca me había dicho, mira vente siéntate a ver una película conmigo, en esa casa era cada quien su mundo, a partir de que yo vivo la experiencia ahí se voltearon los papeles, mi papá era el que me traía aquí, así como que vamos a hacer esto, vamos a hacer lo otro, y mi mamá fue la que se alejó un poquito de mí, pero mi mamá fue viendo como yo ya no tomaba, porque a mi mamá era lo que más le dolía, porque había tomado, porque me hacía daño, como yo ya no tomaba, como yo ya no me drogaba y eso la fue acercando a mí, no, y con mi mamá, desde..., yo me acuerdo que desde los 10 años yo no me dormía con ella en su cama, cuando vivo la experiencia hubo un tiempo en que mi papá se iba a trabajar en la tarde, y llegaba como a las doce de la noche, me decía mi mamá, oye te quieres venir a dormir, y yo me iba a dormir a la cama y era sentir ese apapacho de sentir como mi mamá me abrazaba y era el sentir otra vez estar con mi mamá, estar con mi familia, fue el sentir esa recuperación, ese volver a sentir a mi familia no, ya mejor que antes, ese apoyo fue lo que me sacó".*

*“Con mi familia estoy bien, gracias a Dios se limaron asperezas con mi hermana que era con la que tenía ahí problemilla, pero este año desde que inició fue muy chingón, porque nos acercamos, si de por sí ya nos estábamos acercando, fue acercarnos más, ahora si echar relajo con mis papás, poder bromear en la comida, con mi hermana, poder decirle qué necesitas, ahora sí fue el acercarse como familia no, fue el como familia decir, quiero estar con ustedes, pero también denme mi espacio, y ya sabe uno respetar. Y estoy bien, gracias a que llegamos a acuerdos para no lastimarnos y para seguir unidos, para seguir con esa convivencia como la tenemos, fue así de yo no te agredo tu no me agredes y hasta ahí, porque antes era de gritar, mi mamá tiene el tono muy chillante y desespera mucho, yo subo... cuando mi mamá empieza a gritar yo sí subo el tono de voz, y de diciembre, de enero para acá, en vez de gritar o de alzar la voz, hemos podido platicar, gracias a qué, a que yo platicué con mi mamá, y le dije como me sentía con mi hermana, como me sentía con mi papá y como me sentía con ella. Y eso a mi mamá le dio mucha pauta a entenderme, del porqué luego reaccionaba de tal o cual forma con mi hermana, con mi papá y hasta con ella, y eso fue lo que nos fue uniendo.”*

*“Con el cuñado, fue un paso muy grande, porque llegó un momento que yo no lo podía ver dentro de la casa, y pues ahora echo una mirada atrás y vengo y regreso y es así, de si he avanzado, porque, porque pues está dentro de mi casa y porque respeto su vida, en cuanto a familia, más que nada ha sido eso, el ya no reclamar, porque antes era mucho eso, mucho empezar a lastimar a la gente, a mi mamá principalmente con eso, lastimarla, agredirla, y ahorita ya no, ya no ha sido el “es que tu me dejaste sola de chica”, osea no, ya es así de, eso se quedó, osea ya no quiero vivir, ya no cargo esto, la tengo aquí y la voy a disfrutar porque sé que no me va a durar toda la vida, más que nada centrada en ese rollo, el de ya estar con ella, y si han cambiado muchas, muchas, muchas cosas, mas que nada en como dirigirnos, como hablarnos, como convivir, porque ahora sí convivimos”.*

## 2. LAVANDA, 26 AÑOS:

*“...me ha dado eso, no juzgar a los demás, me ha hecho ya defenderme, osea hablar y ya no quedarme callada como antes, bien, osea no con groserías, ni al tu por tu, osea hablar con la persona y decirle oye pues a mí me pasa esto no, no me gusta que hagas esto no, por ejemplo en la cuestión pareja, familia, pues decirles, pues saben que, a mí no me gusta que*

*sean así conmigo no, yo no les hago esto, yo no te hago esto, porque me lo haces tu, ya no me quedo callada como antes, con mis otras relaciones era de decir: hay.. hínicate y ahí me hincaba como mensa, y ahora porqué me voy a hincar, osea hínicate tú, cosas así no que ya te pones, que no te pones al tu por tu, pero también ya no te dejas, ya expresas lo que sientes, no, y por eso también creo que la relación ha durado más, porque también, y ha madurado, porque también osea, yo digo lo que siento y él me dice, sabes qué, a mí no me gusta esto de ti, y yo le digo, pues sabes que a mí no me gusta esto de ti”.*

*“...antes era muy elitista, por ejemplo en la escuela que iba de paga, UNITEC, en UNITEC era así de que hay ese guey, pinche mugroso, yo era bien elitista, hasta anduve con un chavo del TEC de Monterrey precisamente por eso, por decir, porque yo dije, hay ese guey tiene lana, pues con ese, y así, era bien culera con los hombres, así como lo fueron conmigo. Pero ya después te das cuenta que no es todo, el físico, que estás bonito que tengas dinero, eso te va a dar muchas cosas, al contrario, yo creo que la persona, este, por dentro, es lo que te va a dar muchas cosas no”.*

*“...porque yo hubo una época que no me bañaba, déjame te digo eh, yo antes de llegar al grupo no me bañaba te lo juro, una semana no me bañaba, te lo juro, mi mamá me decía es que ya hueles mal, pues que bueno no, está bien así menos se me acercan, te lo juro, y ahora ya no, todos los días, sino, hójole, hójole, ya uno ya... no...”*

### 3. ALAMO, 31 AÑOS:

*“De hecho yo fui muy violento durante mi actividad alcohólica, peleaba con todo mundo, osea quien se me atravesara yo me peleaba a golpes. Entonces eran actitudes de estar enojado todo el tiempo, cuando andaba supuestamente en mi juicio, era cuando más me enojaba en la casa, todo me molestaba, buscaba pretextos para salirme de la casa, una vez que salgo de la experiencia, pues lógico que las ganas de volver a hacer lo mismo ahí estaban, pero poco a poco vas dejando esa parte, la vas dejando de lado porque entonces empiezas a trabajar en otras situaciones”.*

*“... el alcohólico es muy extremoso, entonces antes de escribir era muy malo muy rudo... no sé, un ojete no, después de la escritura se voltea la tortilla y empiezo a ponerme de tapete, prácticamente todo lo que me decían lo hacía con tal de que estuvieran bien los demás,*

*entonces eso hacía que me dañara, pero tampoco era intencional, osea, yo no me daba cuenta de esas cosas...”*.

*“Bueno como ya lo manejaba, y muchas veces lo he evaluado, en cuanto a que llegar a un grupo de este tipo... bueno a cualquier grupo, sin familia, sin pareja a la que yo decía amar, sin mis hijas a las que yo decía que amaba mucho, con la muerte de mi papá, un ser querido muy allegado, con mi mamá siempre concentrada en sus problemas y mis hermanas en su canal, mis hermanos de hecho no viven aquí, pues fue llegar solo y sin nada, osea, el nivel académico que tenía yo era de secundaria, mi trabajo a lo mejor no he podido crecer mucho en él, en la cuestión laboral, en la cuestión económica sí, pero eso yo había llegado, no sé, no me gustaba ser albañil, no me gustaba trabajar así en la construcción, porque hasta cierto punto era denigrante, sin embargo lo tenía que hacer, y pues igual, sin nada de lana. Entonces llegar ahorita después de 5 años y evaluar, una retrospectiva, estar con mi pareja y poder hacer cosas juntos, sentirnos tranquilos, sentir paz, sentirme seguro de ella, seguro de que me ama y que está conmigo por eso. Igual darme cuenta que mis hijas crecen y me admiran mucho, ven a un papá feliz, a un papá que estudia que le echa ganas, pues es muy gratificante, igual que mi mamá el día de hoy me abraza, me besa, me apapacha mucho, que también puedo ayudarla un poco económicamente, pues son cosas que a mí me han dejado mucho en el aspecto familiar. En el aspecto laboral me ha costado mucho trabajo por lo mismo que no tengo estudios, o no tenía algo concreto, con nivel de secundaria no te dan ,más que de barrendero, entonces entrar de mensajero y ahora estoy como chofer, en ese sentido no me siento muy a gusto pero, vamos pues, poco a poco trabajando ese aspecto. Y en la cuestión académica, durante los últimos dos, tres años empecé a estudiar, terminé la preparatoria en el sistema abierto y ahora estoy en la carrera de administración en la Universidad Nacional, entonces pues creo que ha habido muchísimos cambios, ha habido muchas cosas, yo siento que ha valido la pena estar aquí”*.

#### 4. MARGARITA, 29 AÑOS:

*“...me siento triste todavía, osea mucha melancolía más que nada, osea mucho de dejar, son muchas cosas que tengo que dejar al mismo tiempo; mi casa, mi mamá, a mi familia, osea de dejar físicamente, de cambiar totalmente, osea digo, bueno... si no se te ha dado*



*ningún pinche trabajo aquí. osea qué esperas si te están diciendo que hay otro trabajo allá.. como te decía en Cancún y pues si te tienes que mover es por algo, pero es muy difícil saber que lo tengo que hacer que tengo que ir haciendo las cosas poco a poco, de dejar a la gente que he hecho yo aquí, amigos, que he aprendido a querer y que me han dado lo que yo siempre he querido, cariño, atención, que te sientes útil...”*

*“Los cambios negativos... intolerancia, osea es cierto que ya no soporto cualquier cosa, osea de que alguien me quiera hacer daño, osea aquí aprendí que todos tenemos derecho a decir estoy encabronado no me hables, o estoy feliz lo quiero compartir contigo , osea de ser uno misma, de decir si soy enojona, intolerante, soy necia, soy esto, y no sentirse uno así cada vez más apachurrado, bueno lo negativo es que me di cuenta que soy intolerante ya por muchas cosas, no quiero y no quiero, que a veces soy necia, menos que antes pero sigo siendo necia, sigo teniendo miedo de alguna manera, de que a lo mejor con el afán de tratar de mediar las cosas le... tuve miedo y de no venir al grupo , osea de que yo cedo todavía a sus cosas, que yo creo que todavía cuando yo viva sola las cosas se van a dar y pues a lo mejor ahorita luchando hasta el final, pero ya, ya me di cuenta que soy intolerante y ya no quiero y ya nada.”*

*“Y pues negativo, osea deja pienso otra cosa, a lo mejor la dependencia de cariño, viéndolo desde otro punto de vista, la dependencia de cariño, ese dolor que ya te crea, que no puedo venir a cada rato, de vivir aquí junto para estar metido aquí todo el tiempo, el de querer ayudar más y más y más y tener un freno, de decir ¡no! no te toca, te toca chambear esto primero a ti. esa dependencia de cariño por ejemplo ahora que me fui a Puebla de decir, uy no está el grupo...de darte cuenta que estas solo, eso yo creo que es lo más negativo de todo, el darte cuenta que estas solo, osea finalmente vas a estar solo, entonces pues si yo creo que eso es lo mas duro”.*

*“ Lo positivo pues ahí cantidad, el cariño, lo contrario, que es el cariño que he recibido del grupo, el cariño que yo he podido dar, el sentirme útil porque la mayor parte de la vida uno se siente inútil, el tener miedos y que te demuestran que el miedo es normal, que la tristeza es normal, que tu enfermedad es normal, que el que tú estés enojado un momento y al ratito feliz es normal, el que te enfermes es normal, entonces que la mayor parte de las cosas que te pasan a ti son normales por las circunstancias en las que tu vives y que la gente de afuera también es normal pero pues tú vas un paso adelante, osea digo de afuera*

*me refiero a la gente que no ha vivido una experiencia y todo eso, que más positivo... de qué entendí cuál es la diferencia entre tristeza y depresión principalmente para mí, me sigo conociendo cada vez más, también es una desventaja porque ya no se puede hacer uno pendejo y duele mucho, la verdad que duele mucho, duele mucho enfrentarse a uno y de decir hójole la estoy cagando y decir pues ni modo... de decir perdóname porque la estoy cagando otra vez, pero es una ventaja también el saber, que tú pides perdón y que ya tienes la ventaja de también perdonarte, ahora entiendes que no es tan fácil pedir perdón si tú no perdonas, así como que pedir perdón pues está al 100 y el perdonar esta en un 60, pero ya no está en 0, el conocer tus miedos, bueno... principalmente conocerte profundamente, el saber que cuando te enfermas ya es por algo, el dominar tu cuerpo, a mí eso me ha impactado muchísimo, el conocerme... mi cuerpo..."*

5. DALIA, 49 AÑOS:

*"...pero cuando yo volví a regresar otra vez al grupo ya para quedarme, pues he aprendido más cosas, he... empecé a platicar más con la gente, tengo tema de conversación para platicar con la gente, a lo mejor del grupo, pues de algún modo tenemos que ayudar a las personas que están afuera y ya empiezo que... mira que el grupo así, y ya empiezan a hacer preguntas... y oiga.. y esto, pues si les das explicaciones a medias porque no les puedes decir todo como es, entonces ya no es como antes que me preguntaban algo y me quedaba como pendeja, porque no sabía que contestar, y hoy no.. porque hoy me preguntan... oye esto... pues sí ya hasta hablo como pinche perico, usted lo está viendo ahorita".*

*"Mire, a nivel familia, a cambiado mucho, he cambiado mucho porque antes... bueno sigo siendo mal hablada pero con mis hijas ya no, porque antes era de... hay hija de tu pinche madre, cabrona ya es bien pinche tarde y vamos a llegar tarde a vender... y echaba puras pinches madres, y pendeja y empezaba yo a gritarles y... aquí las oímos y todo... pero en ese sentido si me siento contenta porque ya no les digo groserías a mis hijas, cuando le digo que lo de mi hija que se iba y que no llegaba y que yo empezaba a decirle.. todas las veces que yo hablé con ella no le dije una grosería, a ella no, ya nadamás le dije... o crees que me estás viendo la cara de pendeja... eso fue todo lo que yo le dije de groserías, le digo, mira hija ve... yo estoy en el grupo, yo fui a cambiar por mí, no fui a cambiar ni por ti ni por nadie, simplemente por mí, porque, pues yo mi vida que yo tenía pues, yo creo que*

*me hacía falta un cambio y... Dios ha de haber dicho... sabes que... que este es el momento, entonces yo también he dicho que cuando la gente quiere venir es que es su momento, mientras no, entonces ese fue un cambio, el otro cambio fue que dejé de tomar, osea tapé la botella por completo. Me costó un poco de trabajo de fumar, pero gracias a Dios hoy lo puedo decir, sólo por hoy no fumo... y llevo nueve meses... el poder platicar con mis hijas, que ya antes platicaba con una de ellas y me tiraba de a loquita, si me daba coraje, pero no le decía nada, ya después creo que yo encontré la forma de cómo hablarle... como llegarle a ella porque ella sufre mucho... tiene un esposo que es alcohólico y drogadicto... pero pues también entiendes que si ella está ahí es porque ella quiere estar ahí, porque si ella no quisiera pues ella ya hubiera solucionado el problema. Yo no me meto para nada, luego me pongo a platicar cosas que pasan en la hacienda.. osea lo superficial nadamás, pero osea, todo eso lo platico porque yo sé que de algún modo yo voy a llegar a ella para que ella llegue a venir al grupo”.*

6. OYAMEL, 27 AÑOS:

*“Inicialmente ella es una hija no deseada, porque fue un embarazo no deseado, pero a través de todo esto de lo que pude ver en Victoria, me pude reconciliar con mi hija, darle su valor, tratar de ir aprendiendo todas las cosas que ella nos va enseñando. Pues que te puedo decir, significa amor, ternura, tantas cosas, también es una buena maestra, yo creo que la mejor que he tenido”.*

*“Que no volví a beber, osea recaí, pero no volví a beber de la misma manera, me fui al fondo pero regresé y ya no, ya no puedes escudarte, realmente en serio, la persona que diga a lo mejor se fue a dormir o no sé, que se fue a un viaje astral y que no estuvo en la experiencia, pero ya no puedes hacerlo, yo siento que es una semilla que está ahí sembrada y que tal vez en algunos florezca más rápido, en otros después, en algunos tal vez se muera pero, ya es muy difícil. En mi caso ya no hay marcha atrás, es algo que ya es un proyecto de vida, tal vez también por mi familia y por la dinámica familiar y eso, vamos a decir que por el momento no puedo decir que iría diario, proponerme unas tres veces a la semana si ir fácil, ya cuando tenga más la oportunidad. De hecho yo soy el que invito más a mi esposa, para que ella vaya al grupo, porque también ella ya vivió la experiencia, entonces yo trato de jalarla también para que vaya”.*

7. SAUCE, 29 AÑOS:

*“...es una herramienta más de vida... por supuesto que me ayudó, y gracias a eso he podido tomar otras cosas, hasta otros cursos. A lo mejor nada que ver con Victoria, pero un trabajo que se me hizo interesante fue practicar el Kendo.. posteriormente empecé a trabajar un poco con la mexicanidad, bueno no un poco...ya en eso llevo ya bastante tiempo... y sigo conociéndome, sigo sorprendiéndome de mis capacidades. De todo lo que me hace falta por hacer, y todo lo que me hace falta por conocer.”*

8. ROBLE, 30 AÑOS:

*“...y así para expresar lo que yo sentía me costaba mucho trabajo, a pesar de la gente que ya tenía mucho tiempo de conocerme, siempre era así, retraído pues, si.. y ya de que vine pues si cambió todo eso”.*

*“Digamos, antes todavía me la hacía de a “cuete” conmigo mismo, me decía, bueno, pues si ya lo escribiste y no puedes con ello, pues me la hacía de a pedo porque me commiseraba, me decía, hay pobrecito guey te pasó esto, no te pones a ver tu que haces para poder solucionarlo, osea más bien para poder trascenderlo, no solucionarlo sino trascenderlo, y hasta que me cayó el veinte solito y decir, pues acéptalo guey te pasó y pues échale ganas”.*

*“Y ahora como me encuentro es pues mucho mejor porque antes me daba miedo andar solo, el decir, uta si me pasa algo y nadie se entera, y ahora soy de las personas que una o dos de la mañana anda en la calle y solo y sin nada sin miedo. Otra de las cosas que me he percatado mucho que la gente que me rodea, sea en el trabajo donde sea, siente confianza conmigo y , hay veces que si me siento mal, por decir, bueno estos pobres pendejos si supieran que pedo, no pero ni modo también de abrirles el panorama, de decirles que pedo, simplemente yo cumplo con pasarles el mensaje, si ellos lo aceptan que chido, y si no ni pedo que sigan su vida y ya. es lo que he cambiado mucho yo también en el sentido de que ya hablo lo que realmente siento, porque eso también me chingó un chingo de que decía, bueno es que si me duele, pero ya hasta ahí. Pero no le decía, pero es que tu guey la cagaste por esto y por esto, por eso me has hecho daño, no, osea todo eso. Ya realmente*

*soy así, ya expreso lo que siento, y lo vuelvo a decir una vez más, estoy redescubriendo mi personalidad”.*

9. TULE, 23 AÑOS:

*“...sigo siendo sarcástico por ejemplo, no... pero ya no como antes, antes tenía una visión de las personas, de la relaciones sociales muy cerrado que eso si lo cambié terriblemente, pude hablar más, pude compartir mis experiencias con otras personas, me volví menos egoísta en cuanto a eso, en cuanto a compartir mis experiencias con otras personas, pude darme cuenta, que necesitaba un grupo también, porque después de la hacienda el apegarme al grupo, el tiempo que me apegué, me sirvió más que nada para darme cuenta que necesitaba el grupo, que eso, en un principio no lo quería aceptar, y yo seguía viniendo y seguía apoyando y todo el asunto y me costaba trabajo aceptar que lo necesitaba, en ese momento, ese proceso me ayudó para darme cuenta que lo necesitaba.”*

10. VIOLETA, 30 AÑOS:

*“...pues ahora ya no, ahora le pegan nadamás lo que hago es métete, métete, cierro mi puerta, los meto les pongo la televisión, porque ahora ya son los dos, antes nadamás era ella, es lo que hago. Muchas veces si me cuesta trabajo porque luego si le grito mucho, pero porque luego es muy terca, pero luego también me pongo a ver, bueno porqué es así, pues porque yo la maltraté, no, es muy rebelde, luego ella es muy rebelde. Le dice usted, hazme esto: hay mamá.. no.. y luego es lo que le digo yo a mi hermana, porque mi hermana trabaja conmigo, pues dice... pues ya le enseñaste tú y si te habla así es porque así tu le hablas....”*

11. DELFA, 26 AÑOS:

*“Cambios, ¿de cómo me encontraba antes de ir a escribir y ahora? No yo creo que sigo igual e incluso hasta peor, yo creo que me enojo ahora más que antes que fuera a escribir. Yo siento que me enojo más, a lo mejor en otros aspectos ya estoy mejor, como por ejemplo con mi papá, aunque te diré que ahorita hay una cosa que me está causando mucho ruido con mi papá, pero yo siento que la relación con mi papá hasta antes de que pasara esto, ya se había apegado, ya era de poder llegar y abrazarlo y hola como estás, e irlo a visitar a*

*su trabajo, y la comunicación ya era muy diferente, e incluso ahora que estuve viviendo con él, yo sentí que iba a ser un poco, que iba a ser un poco difícil para los dos, pero no, al contrario, y hubo ocasiones en que momentos bonitos para mí, muy bonitos en que, como yo iba a lo que iba, y no me la pasaba viendo la tele con mi mamá, luego me quedaba a leer hasta muy tarde y nadamás sentía como mi papá me quitaba el libro, me tapaba y me apagaba la luz, osea, cosas como ese tipo, que fue ahí donde me di cuenta, no..., pues con mi papá todo está mucho mejor a como estaba antes, con mi mamá igual, osea la comunicación mejor y demás, pero yo creo que son las cuestiones de mi persona que no ha cambiado, lo que yo no he querido cambiar, porque yo sé que lo puedo cambiar pero no he querido”.*

*“No yo creo que sí, yo creo que sí, como te repito, cambiaron varias cosas, cambiaron varias cosas que sí me traían dando vueltas y que sí me afectaban y que sobre todo, traía muchas cargas y muchas culpas de algunas cosas, entonces que ahorita lo recuerdo y lo digo y digo... hay que tonta fui.. y a lo mejor todavía tengo algo de culpa, porque yo creo que nunca se te va a quitar el acto que hayas hecho por a lo mejor por influencias y demás, yo creo que nunca se te quita, pero el hecho de ya haberlo trabajado y haber hablarlo ya disminuye, y ya lo ves de otra forma, ya lo puedes a lo mejor platicar, y antes a lo mejor nadamás escuchabas el tema, ya te ponías así hasta chinita y te daban ganas de llorar luego, luego, y te ponías mal, y ahora no, osea si traigo te digo lo del aborto, si traigo la culpa y me arrepiento, y digo pues ahorita mi bebé tendría tanto tiempo, pero ya lo puedo platicar, osea todavía me llega a doler porque recuerdo y digo, hay no.. ahorita estaría de tantos años y ya iría a la escuela y lo que quieras no, pero ya no hay sentimiento de por medio, ya no es que se me queda el nudo en la garganta y que ya no puedo seguir hablando..., no... ya no, osea, si me duele, si me arrepiento y digo... como fui tan tonta, pero ya como que ya siento que el hecho de haberlo hablado y haberlo escrito y de haberlo trabajado, eso sí, pues ya es diferente, ya no traes la piedra del pípila como antes”.*

## 12. NINFA, 38 AÑOS:

*“Yo entendí que tenía que cambiar muchas cosas de mi vida, era mi carácter, era el miedo a vivir, el miedo a enfrentarme a los problemas, pues el saber entender también a mis hijos, entendí que tenía que cambiar muchas, pero muchas cosas en mi vida, a pesar de lo*

*que había vivido. Osea, todo está mal, yo decía que me habían hecho daño pero yo también lo había echo en cierta forma. Y yo sabía que tenía que cambiar muchas cosas en muchos aspectos”.*

*“Yo con él (su esposo) no tengo problemas, prácticamente en la casa casi nunca peleamos, o discutimos, eso cambió desde que yo escribí, aunque él no quería venir pero él decía, bueno si yo veo que tu estás cambiando, él trataba de cambiar más, el como que intuía algo y empezó a cambiar más todavía, como diciéndome que él no necesitaba venir aquí para cambiar. Entonces él empezó a cambiar.”*

### 13. CEDRO, 65 AÑOS:

*“No, no pues que animal no, en eso no sabes que, si es un exceso de valor o es una cobardía, y definitivamente es una cobardía, porque, por que tienes una cobardía a hacerle frente a la vida (habla del suicidio), esa es una realidad, entonces, no ni pensarlo, yo por ejemplo tengo una colección de pistolas, entonces para mí era fácil tomar una pistola y darme un tiro, pero sí yo no hubiera pasado esa navidad, yo no hubiera llegado a esa navidad, esas navidades tan falsas que había verdad, en donde abrazos fingidos no, palabras falsas que no te llegaban al corazón, que eran nadamás una costumbre equivocada la que tenían, todo eso me acordaba yo y me entristecía mucho, ahora no, lo veo desde un punto de vista... lo disfruto mucho, porque, por que estoy con mi familia, estoy con mis nietos, estoy con mis hijas”.*

*“...yo era de los que me peleaba cada rato con los taxistas y me valía eh... y que alguno me sacaba un arma, agarraba yo y le sacaba una pistola, y a ver que, las pistolas son para usarse, y yo le llegué a pegarle a alguien con una pistola, no ha darles un disparo, pero sí le llegué a pegar, por ejemplo, a un trailero que me iba a picar con un desarmador, así por la ventanilla, que saco la pistola y chin que le doy en la mera frente, y que lo baño en sangre, pero bueno, me estoy defendiendo, y detalles de esos, entonces ahora, todo eso creo que lo he dominado mucho, pero bastante eh, a mí no me interesa que me mienten la madre, no me afecta, estás loco antes, porque no sabes en la actualidad, yo me bajo del coche y no sé si me sacan una pistola y yo ya no la traigo, entonces detalles de esos...”*

*“...algo que me habían dicho que tenía muy en mi mente... que los hombres no lloran, pero pues tiene uno derecho, el llanto purifica el alma. Ahora lo sé y lo disfruto, y lo disfruto, y*

*muchas veces mi llanto no es de dolor, es de alegría es de emoción porque, porque he tenido la oportunidad de algo que estaba obscuro para mí, que no sabía que yo pudiera llegar a tanto, que la mente es tan poderosa que podemos hacer mil cosas, nadamás que no la sabemos aprovechar, verdad”.*

14. ALELÍ, 49 AÑOS:

*“...porque me di cuenta de que, a pesar de que ya había escrito, seguía dañando y ya con conciencia y se supone que yo ya me daba cuenta de todo, entonces que estaba pasando, andaba en la luna, para mi conveniencia no, porque me hacía enojar y le decía, ya deja de comer, no ves que está bien gordito, o le decía.. hay gordito, entonces ya me dí cuenta de que dije, bueno, yo ni siquiera me he puesto a pensar lo que le ocasiona que yo le diga gordito, entonces sí me ayudó mucho”. “Entonces a partir de ahí ya no se lo digo, lo trato de entender (a su esposo), lo dejo que coma, lo apapacho a cada rato, le digo que lo quiero, pero yo siento que él tiene otra carencia por parte de su familia, y también pudiera ser que de sus hijos, porque él no es un papá que los ande apapachando y por lo mismo ellos no se acercan”.*

*“...soy una persona que ahora ya, me vale quien me vea, si quiero hacer algo lo hago, antes no lo podía hacer..., entonces si algo me molesta... hago cualquier cosa para sacar el coraje, pero ya así se me pasa el coraje y antes me lo quedaba y lo guardaba y lo guardaba...”*

15. CAMELIA, 27 AÑOS:

*“Nivel familia, pues muy bien, yo creo que mamá, mis papás si vieron ahora sí que ese cambio, porque antes era así como que, llegaba de malas y me encerraba, o luego le ponía caras a mi mamá y todo. Ahorita, pues llego y... pues si está mamá sacada de onda, triste, pues trato de llegar lo más relax que pueda. Mamá como estas, qué te pasó, por ejemplo, cuando llego de trabajar y ella ya está por dormirse, pues va a mi cuarto y ya empezamos a platicar y eso. Antes eso no lo hacía con ella, ni yo le contaba mis problemas que.. lo que me pasaba en el trabajo, o con los amigos, nada. Yo creo que sí, esa parte me ayudó mucho de irme con mi mamá y tenerle mucha confianza porque antes no era así, al igual que a su esposo. Antes era así de que... pues yo digo... yo tomo la palabra.. osea aquí se hace lo que*



*yo diga, y no, pues ahorita hablando con él, le hago ver las cosas de que, voy a ir a una fiesta o esto, pues sabes que... que voy a llegar a tal hora, no a la hora que el me diga, porque eso sí, iba a una fiesta y me quería a las 11 de la noche, pues entonces, esa parte también la entendió él. En el aspecto del trabajo como que ahí si estoy un poquito atorada porque, pues como que no le he buscado todavía lo que me gusta no, pero finalmente gracias a Dios ahorita tengo trabajo, ahorita está bien, porque eso de conseguir trabajo, y bien o mal tengo trabajo, el sueldo no está tan mal, y que a lo mejor estoy ahí un momento pero pues no es para siempre, tratando de echarle ganas yo también. A nivel pareja, yo creo que ahora sí me fijo más, porque antes, duré mucho tiempo con esta persona y.. pues ahorita si trato de saber de él, de saber qué es lo que piensa, de saber cuál es su futuro, qué es lo que... si está preparado, si tiene buen trabajo, qué es lo que quiere conmigo”.*

16. CIPRÉS, 36 AÑOS:

*“...hasta hace poco, yo creo que a partir de mi escritura me empecé a acercar más a mi mamá, porque de hecho no le tenía mucha confianza...”*

*“Pues a nivel personal, digo, me han ayudado ha controlar mas mis defectos de carácter que es la ira y la lujuria, de hecho yo trato de ya no enojarme, me cuesta mucho trabajo pero lo evito. Es lo que me ha ayudado bastante. Y con mi familia pues... convivir un poco más con ellas, es lo que me a ayudado más... ha tratar de convivir un poco más con ellas”.*

17. OLMO, 33 AÑOS:

*“A nivel familiar, hújole, el más importante que a mí me pegaba muchísimo, yo llegaba antes a abrazar a mi mamá y siempre sentía como que el rechazo no, yo veía que mi hermano la abrazaba y hay mi hijito que bonito... me sentía yo muy mal, me empezaba a conmiserar muchísimo. Ahora yo puedo llegar a abrazar a mi mamá y no importando que sienta el mismo frío, puedo acercarme a ella y por lo menos arrancarle ese abrazo, por lo menos digo ya... ya no me importa, como antes me importaba. Sé que es mi trabajo y que lo tengo que hacer yo, me siento más tranquilo, si hay cosas que de repente te empiezan a pegar a nivel emocional, osea sobre todo la cuestión de pareja, que no tienes pareja y así como que te gustaría empezar algo y todo ese rollo, pero... vaya.... ya estoy consciente que eso solo lo voy a conseguir el día que me empiece a querer a mí mismo, que es algo muy*

*importante que hice toda mi vida, que nunca me quise, que siempre fue flagelarme, darme en la torre, golpearme prácticamente y empezar a trabajar conmigo”.*

18. NOGAL, 41 AÑOS:

*“Las últimas veces era de comprar una botella de tequila y decir, hasta que se acabe porque me quiero sentir total y absolutamente borracho, osea, total y absolutamente perdido, no quiero pensar nada más que no sea en... divertirme y en fugarme por el alcohol, entonces si tu me preguntas cuál era mi medida... mi medida era una botella y hasta que empezara a vomitar. Esa era mi medida, y ahora mi medida ya no es esa. Ahora mi medida es... o no tomas o no tienes ganas de hacerlo, o a lo mejor te tomas una cerveza pero... hasta ahí, ya no más, eso es lo que me ha ayudado a manejar, y obviamente hay un tema de conciencia y aunque a lo mejor conscientemente no lo quiera reconocer, conscientemente si debe haber un tema de... de.. empiezas una y te vas con dos y te vas con tres y te vas con cuatro”.*

*“Cómo cambió mi relación con familia, he tratado de ser más tolerante, he tratado de ser... más... tranquilo, de respetar más a mi familia lo que quieren y lo que hacen. He tratado de ser menos enojón.. y lo interesante es que mi familia se ha dado cuenta y eso me gusta... me gusta que tengan más comunicación conmigo, que me platicuen cosas que en algún otro momento seguro me platicarían y yo diría... te lo merecías, o así te pasó por esto, por “Y” o por “X”, lo pienso, pero ya no lo digo, lo pienso... pero digo bueno... porqué haces sentir mas mal a la gente de lo que ya se siente... si alguien te platica algo seguramente no espera que tu lo recrimines... o que lo juzgues, seguro espera que lo escuches. Entonces, como cambió mi relación con la familia, te puedo decir que fue mas un tema de ser mas tolerante conmigo y con los demás... de, de dar gracias de que están ahí, de que están conmigo.. y pues nadamás”.*

*“Tema de trabajo, no ha cambiado mucho realmente, si trato de ser una persona más tolerante, trato de ser una mejor persona, una persona más buena, entre comillas, por decirlo así, trato ya no de... poner en evidencia a la gente, tratar de ser más... tolerante también... me cuesta trabajo, yo soy una persona muy... obsesivo... sobre todo de mi trabajo soy muy obsesivo, me gusta mucho mandar, me gusta mucho sentir el poder que tengo sobre los demás, y lo que he tratado de hacer ahora... es bueno... si yo me siento mal*

*cuando alguien viene y me dice que está mal esto.. Y o Z, como se ha de sentir aquel... y digo... no se vale que yo lo transmita, entonces en mi tema de trabajo he sido un tema de más tolerancia, me ha generado algunos conflictos porque... de repente se confunde algo que es debilidad contra... falta de carácter, he tenido que cambiar en algunos momentos mi falta de carácter, por decirlo así, para que no se confunda con debilidad y decir, bueno... te trato bien pero no me entiende... pues tengo que regresar al patrón anterior, me cuesta... no me gusta.. no me gusta verme así, no me gusta que la gente... la figura que yo tengo en el trabajo es de una persona bastante conflictiva que me complazco con cosas muy grandes, que es muy difícil complacerme... bastante.. por decirlo así, a lo mejor no problemático pero si difícil de trabajar conmigo, entonces no me gusta que me vean así, he tratado de cambiar esa parte, pero definitivamente es algo... difícil de hacer. Qué he tratado de hacer en el trabajo... trato de.. en la medida de lo posible, ser más gentil con la gente, me fijo más en la gente que va a recoger o que va a limpiar los muebles, la que va a hacer el aseo, en los policías que están cuidando... trato de hacerlos sentir... sino bien a la mejor... que están ahí, yo de repente veo como pasa la gente y ni siquiera un buenos días ni un buenas noches, entonces lo que trato es darme un minuto y decir... buenos días... muchas gracias... es así como trato un poquito de contribuir en la medida de lo posible, pues con que la gente se sienta mejor. Y creo que ese es el reflejo de cómo me gustaría que a mí me trataran, de que el director general cuando pasara me dijera.. buenos días o buenas noches... y digo... bueno... pues no nos quita mucho el hacerlo no.”*

### **Categoría 9.- El grupo como opción de trabajo personal.**

Aún los que no asisten regularmente, reconocen a la institución como una opción para llevar a cabo un trabajo personal, señalando como primer elemento de ayuda a los “apadrinamientos”, es decir, a la posibilidad de que haya alguien de confianza a quien confiarle o platicarle del diario vivir y recibir un consejo de este. También se observa el reconocimiento del proceso de rehabilitación personal, al señalar que el grupo funciona para el que desee mejorar su vida.

1. JAZMIN, 27 AÑOS:

*“Si las encontré, primero fue la terapia ocupacional, así de haz esto, haz el otro, fue el que me escucharan, el como yo me sentía, el como era el no dormir, el como era el sentirte que pasabas por una cantina y así de hay guey, como los perritos cuando tienen hambre, y todo ese rollo, y me dieron muchas armas, la más grande que me dieron fue la confianza en mí misma...”*

*“Mi madrina, ella me enfrentó, ella encontró la forma de enfrentarme a mí, me dijo, la única que no deja que hagas las cosas eres tú, la única que no hecho las cosas porque se pone el pie eres tú, cuando ella me dijo eso, me empezó a compartir de su historial, no, con su hermana, que era más o menos similar con la mía, y empecé a entender eso, que necesitaba que alguien me dijera, felicidades... que alguien me reconociera para poder hacer las cosas, y ella me enseñó esa parte de no... no necesitas que te reconozcan lo que... las cosas, porque tu las puedes hacer sin que te las reconozcan o te la reconozcan, eso me ayudó mucho, me ayudó mucho el que ella me ayudó a recordarme cada que la veía, cada día no, este, pues ve cuanto daño te ha hecho el alcohol, pues ve cuanto daño te ha hecho la droga, nadamás aguas, echa un vistazo a atrás y vas a ver como te ha hecho daño, esa es la herramienta que más me ha ayudado en mi vida, en creer en mí misma, el enfrentarme a lo que yo no me quería enfrentar, son esas herramientas por las cuales sigo aquí, porque cada vez son más herramientas las que me dan en este lugar, la principal fue esa...”*

2. LAVANDA, 26 AÑOS:

*“Si, el platicar con alguien que no lo va a divulgar, el sentirme bien, el ir a la hacienda...”*

*“...mucho trabajo hacia la tolerancia, hacia tu persona, espiritualmente, osea muchas que extraño no, porque la verdad las extraño.”*

*“¿Qué herramientas encontré?, pues agarrarme de algo pues que todos andamos buscando, algo no, tranquilidad, paz, tal vez a lo mejor sabemos que aquí no se viene a hacer amistades, pero sí un amigo, un amigo sincero que te va a entender, que no te va a criticar, no te va a juzgar, no al contrario, te va a apoyar, que también te va a dar amor adulto cuando la cagues... ándale ahí está...”*

*“Amor adulto para mí, es decirle a las personas que están mal, por ejemplo, decirles que la están cagando, osea si te piden opinión obviamente, no vas a llegar y a decir oye fíjate que... no, no, no pero sí decirle, la estás cagando, no, osea fíjate en lo que haces, fíjate en lo que dices”.*

### 3. ALAMO, 31 AÑOS:

*“Si, claro. Yo de hecho creo que en todos los grupos existen los medios, existen las herramientas, simple y sencillo que depende de la persona el que acepte o no esas herramientas, pero si creo que hay, están todos los medios para que uno pueda empezar a trabajar con esa enfermedad”.*

*“Bueno, lo primero es dejar de conmiserte haciendo algo por los demás, osea dejar de concentrarte que tu eres el único que sufre, en que tienes problemas, y en el momento en que empiezas a trabajar para otra persona, a hacer algo por los demás, pues yo creo que esa es una excelente herramienta para no estar pensando en ti solamente. Aparte de eso, pues el trabajo de venir al grupo, de tener la tribuna para poder hablar de tus problemas semana tras semana, el poder apadrinarte, osea platicarle a una persona como te ha ido durante la semana, durante el día o durante el mes, yo creo que es algo que te deja mucho, que te motiva, porque siempre encuentras que hay alguien que te escucha y que te puede dar un buen consejo. Y bueno ya trabajando en la hacienda, la disciplina que se adquiere estando ahí en la hacienda, eso te disciplina mucho en la vida, yo creo que eso es importante también”.*

*“Bueno y la literatura, pues si había motivación para leer, para que te interesaras de lo que es AA y como se lleva a cabo el trabajo también”.*

*“Bueno, el grupo tradicional de AA se enfoca únicamente a lo que es el alcoholismo, como tal si da las herramientas para dejar de beber, que ese es el objetivo del grupo tradicional, y pues bueno, deja de beber el que quiere dejar de beber como en cualquier otro lugar, la diferencia con “Grupo Victoria” es que aquí no se trabaja únicamente con la adicción como tal, aquí más bien se trabajan las emociones, es decir, me doy cuenta que, a través de una escritura que el alcoholismo no era la causa, era la consecuencia de la vida que yo llevaba, de la esa vida ingobernable de andar en la promiscuidad sexual, de no se, la profunda tristeza que tenía, esa soledad que sentía, el envidiar a mucha gente, el*

*conmiserarme mucho, todas esas cosas, bueno, pues era como yo me sentía y lógico que lo descargaba en el alcohol, era una manera de sentirme bien, entonces, bueno, como tal un grupo tradicional te ofrece las herramientas para que tu dejes de beber. Grupo Victoria te ofrece las herramientas pues para que emocionalmente, osea una vez que empieces a trabajar desde adentro, empiezas a dejar las adicciones o el comer compulsivo, la neurosis u otras cosas. Pero porque empiezas a trabajar con tu emoción, la empiezas a controlar. Eso es lo que yo me doy cuenta, entonces creo que las herramientas en Victoria son mejores que en un grupo tradicional”.*

4. MARGARITA, 29 AÑOS:

*“Si, pero fue más que apegarme al grupo, fuè más apegarme a una madrina ,osea pesó más el trabajo que ella me dijera, sabes qué, métete otra vez al curso de bioenergética..., porque me metí otra vez, metete otra vez al curso de bionergética, ven al grupo...”*  
*“Principalmente yo creo que fue ella, porque ella vino cubriendo mi figura materna, todo lo que yo quería ser, mi figura femenina, también que sufriera lo mismo que yo, alguien que me orientara ahora si que me agarrara en sus manos, principalmente eso porque era lo que yo necesitaba en esos momentos, todos esos huecos ella los vino a cubrir...”* “...pero yo haz de cuenta un 30- 40% el grupo y todo lo demás mi madrina, porque ella fue la que en realidad me estuvo guiando pero a lo profundo...”.

5. DALIA, 49 AÑOS:

*“Bueno mira, si le sirve, a todos los que quieran venir, a todos les va a servir, pero desgraciadamente no todos se aplican. Por ejemplo, vamos a suponer, yo vengo la primera vez al grupo voy y digo mi experiencia, llego bien chida. Hay se me antoja una cerveza... chingue su madre... me la chingo, es una. No pues con una no pasa nada, entonces empiezas a caer otra vez en el mismo juego.. a mí mucha gente me ha dicho que el grupo no sirve, y mi contestación siempre ha sido: “los que no servimos somos nosotros” porque.. cuando uno tiene huevos de hacer las cosas y dejar lo que deberas te está dañando, si puedes, pero necesitas tenerlos bien pinches fuertes, y así se lo dije un día a mi yerno. Dice.. no es que yo no puedo dejar de tomar... no cabrón... si tuvieras los huevotes así... bien puestotes, te apuesto que sí lo dejas”.*

6. OYAMEL, 27 AÑOS:

*“Yo creo que sí, pero pues uno se empieza a apegar unos días, pero la experiencia te libera de cosas, pero realmente ahí haría falta, bueno no sé si haría falta, a lo mejor más puntualizarlo que empieza el verdadero trabajo, hasta este momento puedo decir que así no... porque en ese momento como que de tanta alegría y a veces uno se va con la euforia de que chin... ya la libré, pero si siento que, a mí en mi caso, me hizo falta darme cuenta que era ahí donde necesitaba aplicar ciertas cosas, ya por ejemplo, de esa responsabilidad de trabajar, yo lo veo ahora con algunas personas del grupo, con algunos coordinadores y, por ejemplo, admiro el valor, la decisión y ya como ese decir.. ya, ya lo hago, ya no me la armo de pedo y me pongo a chambear ahí como va, y me apego, pero en mi caso, un guey ególatra que igual individualista, ya después te empieza a dar hueva. Pero de que las herramientas yo siento que sí hay”.*

*“Pues yo ví ahí que siempre hay alguien que te escucha, eso yo creo que es muy valioso, siempre hay alguien que te puede dar un buen consejo, siento que es un grupo muy completo, y yo he conocido y de hecho, asistí a sesiones de tradicional, y una cosa, no sé si una ramificación ahí, otro de AA de tradicional, sus siglas eran CAFÉ, comité de apadrinamiento y fortalecimiento espiritual, ahí se supone que iban los chicarcas de los grupos, osea le gente que ya tenía mucho tiempo sin beber y que ya eran los intelectuales de ahí, de ahí de los grupos de AA, entonces tuve la oportunidad de aunque no ser un experto y todo eso, me daban chance de meterme a las juntas no, entonces pues ahí también aprender unas que otras cosas...”*

*“Algo que se me hace maravilloso es lo de la acupuntura que se da ahí, que no se pierda esta visión integral del cuerpo, eso yo creo que es muy valioso y no creo que muchos grupos lo tengan...”*

*“Encuentro la paz, encuentro confort, me siento bien los días que voy, me siento como que me acompletó el día, cuando no he llegado a ir, las veces que me he desapegado y todo eso, siempre he sentido que algo me falta, siento que me está siendo que no estoy haciendo un compromiso que adquirí desde el momento en que fui, un compromiso que también tengo como psicólogo, como personalmente, porque realmente yo siento que ahí es donde tienes que chambear, o algo por el estilo, por ejemplo acá en el zen, osea tenemos tantas*

*cosas que hacer, yo siento que eso lo he ido cargando no, y que me he puesto de pretexto la cuestión económica. y sí realmente no tengo lana, y pues acá con una hija y con una esposa si se ve un poco más difícil, pero si es una cosa que si te trae... parecido a la tesis no... entonces que será, sería eso”.*

*“Claro, yo creo que sí, aunque siempre... el alcohólico que quiere dejar de tomar es el que va a dejar de tomar, el que no quiere y todavía a lo mejor.. ese no las va a tomar... lo estás escuchando ahorita en mi caso, soy un alcohólico que sabía o que sabe que tiene problemas con su manera de beber y con todas las esferas de su vida pero, ahí está la salvación nadamás que no te subes, no te subes porque a lo mejor estás muerto espiritualmente, porque eres un pinche miedoso, por huevón, por todas esas cosas, por todas esas debilidades de carácter. Pero creo que sí tiene todas las herramientas necesarias para que pues e apegue, logre encontrar esa salvación”.*

7. SAUCE, 29 AÑOS:

*“Victoria, Victoria... Victoria es un trabajo de mucha responsabilidad, no todos la tienen, no todos llegan a esa Victoria, pero Victoria es... como uno de esos muchos caminos que puedes tomar para crecer, Victoria es un escalón para quien se atreva a ver que hay más arriba. En eso puedo resumir a Victoria”.*

8. ROBLE, 30 AÑOS:

*“Si me ha ayudado mucho la literatura, porque ahí todavía encuentra uno más respuestas porque no sé, un ejemplo aquí en el grupo. Y porqué esto y porque lo otro, porque el café y porqué té, y pues ahí uno va encontrando las respuestas también de todo eso”.*

9. TULE, 23 AÑOS:

*“Las que sí encontré fue en cuanto a mis relaciones interpersonales, por ejemplo, en cuanto a, cambiar mi actitud negativa ante la vida, cambiar mi visión del mundo, de tener una visión negativa, siempre triste deprimida, siempre burlón, sarcástico, como una visión muy oscura, creo y, cuando vine al grupo y me apegué pude cambiar eso...”*

*“...las que no encontré, fue respecto a mi sexualidad... incluso, incluso... en la hacienda, o cuando yo llegaba a pensar en la posibilidad de abrir esa parte, no encontraba reflejo... no*



*entiendo... no entiendes... Pues no sé, encontraba al grupo, en aquel entonces, bueno yo me encontraba en el grupo en aquel entonces con respecto a eso, muy cerrado, entonces tan, tan cerrado, por ejemplo, que nunca me di el chance de seguir preguntando en apadrinamientos por ejemplo, de seguir preguntando sobre la construcción de la sexualidad que yo estaba haciendo en ese momento, porque yo decía... no Tule, ya te dijeron por qué camino es, por que camino no es, que es una decisión personal, para que seguir preguntando... para qué y yo siento que eso me hizo falta en ese momento. No sé qué tanto fue la culpa mía o el grupo, pero este... porque habría que preguntarle al grupo en sí no... en cuanto a mí persona siento que yo creía que no podía encontrar la respuesta a la pregunta que yo tenía en ese momento..."*

*"...cuando yo ayudo a otro me ayudo a mí mismo y el grupo es como el lugar donde vas a entender eso, o lo vas a volver a entender porque ya lo sabes... ayúdate ayudando a otro... que te valga madres que si caes bien o que si no caes bien...que si esto o el otro...tu ve y has tu pedo, y si vas a regresar es para ayudarte a ti... ayudando a los otros".*

10. VIOLETA, 30 AÑOS:

*"La literatura si la leo, no siempre pero a veces si no, luego digo, si me entra aquella conciencia como dicen, en vez de ver una pinche novela mejor me pongo a leer, pero fijese que me es muy difícil entender las palabras, y siempre ha sido así... por eso luego me dice... no es que tu ya te hiciste una idea de que eres muy sonsa, no... pero si entiendes, porque luego hay palabras que trae así la literatura que no las entiendo, entonces le digo a él (a su esposo), haber explícame que dice aquí, entonces me desespero y lo dejo, entonces es lo que pasa, casi la literatura no, y ya así que la oración... pues cuando llega a, a pasar algún problema o algo así, pues según yo me pongo a hacer mi oración, a pedir o... ya no... que se haga tu voluntad y no la mía, es lo único que hago, pero la literatura casi no".*

11. DELFA, 26 AÑOS:

*"Para trabajar en el grupo... pues si sabía lo que tenía que trabajar, pero como que no me sentí como que, con indicaciones como... haz esto para que puedas trabajarlo no, como que sentí que fue mas bien el ... órale.. ve a trabajar... osea ya escribiste todo lo que tenías que*

*escribir, ya te diste cuenta en donde te equivocaste, ahora ve y trabaja en eso... osea como que yo sentí así”.*

*“Pues, más que nada el hecho de platicar lo que te estaba pasando, a lo mejor no tanto como herramienta para mí, pero si ayuda el hecho de que yo fuera a hablar lo que me estaba pasando y no quedármelo, no quedarme así como que ahora que hago si no que ir a platicarlo y que me dijeran... bueno.. pues pasa esto, esto y esto... bueno y tú que piensas, tu donde crees que está el error, y ya, y a partir de ahí... la herramienta era como.. por verlo de alguna forma, la herramienta yo siento que era el hecho de darme como una retroalimentación de lo que yo les estaba diciendo para que yo solita me diera cuenta en lo que estaba mal, porque nunca fue como tal que me dijera... sabes que es que aquí no le hagas así, hazle así... nunca, y yo creo que está bien porque cada cabeza es un mundo y a lo mejor si no estás bien trabajado en algunas cosas, el hecho de que alguien te diga sabes que hazle así, tu lo puedes incluso tomar a mal, y porqué lo voy a hacer así, ¿porque tu me lo estás diciendo?, entonces yo siento que por ese lado estaba bien la retroalimentación porque así hacían a que tu solito te dieras cuenta”.*

12. NINFA, 38 AÑOS:

*“Si, si encontré mucho porque, me quedé desorientada, empecé a venir y escucho pláticas, te tienes que apadrinar pero es que como, osea en cuanto a la reparación yo le dije al padrino: sabe que a mí me dieron esta reparación de daños, pero a mi esposo yo no lo dejé, le digo, yo no lo voy a dejar y yo no lo dejé por esto, osea le di mis razones”.*

*“¿Qué me ayuda a mí a ayudar a otros?, pues yo pienso que este, si me ayuda porque me siento útil, me siento que hago algo que además, en lugar de estar pensando otras cosas eso me ayuda, porque yo siempre pienso, es que esa gente estuvo aquí cuando yo estuve aquí sentada, me ayudaron mucho y yo creo que de igual manera, si yo no aportó mucho, lo poquito que puedo aportar a lo mejor les va a ayudar, y también a lo mejor esa gente tiene ganas de cambiar su vida como yo cambié la mía, que no la cambié al 100% pero yo te puedo decir que ahora tengo una familia, entonces eso si me ayudó mucho, y yo siento que otra gente va igual o peor que uno”.*

*“Pues yo pienso que las da (las herramientas para el trabajo persoanl) siempre y cuando uno lo acepte, porque sino lo acepte, aunque quieran dárselas no les va a servir, porque yo*

*hice el intento de traer a mi mamá. A mi hermana, a mi hermano, y pues no, más bien me critican”.*

13. CEDRO, 65 AÑOS:

*“Pues básicamente me dio una nueva oportunidad de vida, si, que me da la satisfacción de seguir adelante, si, de ver las cosas positivas que tiene el grupo no las negativas que son muchas lamentablemente”.*

*“...representa un lugar de ayuda a tus semejantes, un lugar que nos da la oportunidad de retirarnos pues de determinados vicios, todos tenemos un vicio, verdad, un lugar en donde vas encontrar cariño desinteresado de muchas gentes de la condición que sea, porque ahí todos somos iguales, ahí no hay clases sociales, ahí todos somos iguales, ahí no vamos a nadar con poses ni mucho menos, verdad, aunque hay quien la tiene, pero pues eso ya es trabajo de cada quien, entonces lo que encuentras ahí es la ayuda que necesitas, escuchar lo que te va a hacer conciencia de lo que tienes que hacer, te da este, la oportunidad de afrontarte contigo mismo, porque es lo más difícil, porque no nadamás es verte al espejo y decir que feo estoy no, cuantos defectos tengo y demás, sino que... te da muchas oportunidades de ser mejor contigo mismo, porque el enfrentarte contigo mismo no es verse en el espejo, porque el que se ve en el espejo y engaña al que se refleja, pues ya no tiene ningún valor, se está engañando a sí mismo, se está haciendo tonto, se cree sus mentiras y demás, pero te da toda la ayuda que tu, hasta donde tu quieras llegar a aceptar esa ayuda, eso es lo que yo he encontrado”.*

14. ALELÍ, 49 AÑOS:

*“Si, si las encuentro, encuentro por ejemplo, que puedo venir y apadrinarme, venir y puedo compartir, que nunca lo he hecho porque todavía me da cosa compartir, está abierto de lunes a viernes, que no puedo o que no vengo, pero las herramientas si las tengo”.*

*“Si, pero como que no todos queremos trabajar, como que es más fácil poner pretextos, si yo lo veo en mi pareja, lo veo en mi hija...”*

15. CAMELIA, 27 AÑOS:

*“Si, yo creo que a todas las personas, nadamás depende de uno que quiera estar aquí y trabajar”.*

16. CIPRÉS, 36 AÑOS:

*“Pues de hecho hasta la fecha no me siento integrado.. siento que, como dicen que es un trabajo personal, pero pues yo por más que trato... ya me he hecho muy sociable, y yo he leído literatura de superación personal, emocional... todo eso, en que dice... que para que todos sean felices tu debes de empezar a ser feliz por ti mismo, eso es lo que trato de compartir... la alegría. Pero yo veo que aquí lo toman a mal, a lo mejor si me paso de ser... como decía un padrino que ya no viene, decía que era bien calavera... que porque era un desmadre y que nunca iba a entender. Osea que luego sí... me acerco a la gente brindándole mi cariño, mi amistad pero yo veo que me rechaza”. “La verdad no me siento integrado porque no he comprendido todavía al grupo, osea y porqué no lo he comprendido, porque la verdad no he leído literatura como debe de ser, no sé porque los... el porqué el actuar del grupo así, de que te limitan muchas cosas”.*

*“Pues una de las herramientas, que podría ser.. pues a mí siempre me ha gustado trabajar mucho. Cuando llego a la hacienda yo sé que el trabajo ahí es... es serio y es de responsabilidad, y si me ponen a hacer actividades yo las hago y las saco al cien...”.*

*“Pues otra herramienta... qué puede ser... pues a la mejor el estar apoyando a los nuevos escribientes que vienen, yo la veo como herramienta porque... muchas veces al oír su historial muchas veces me reflejan en algo y.. sé que voy por el buen camino... que.. a la mejor yo no los ayudo como ellos quisieran pero ellos me están ayudando a ir por el buen camino. Es, como dicen, el camino más difícil es el que cuesta trabajo, y yo lo veo como una ayuda del escribiente hacia mí, el que me cuente su historial, yo lo siento como una herramienta para ser cada día mejor”*

*“Osea yo me siento, osea no me siento muy en confianza pero yo sé que si resulta, que las herramientas que se utilizan aquí si son las apropiadas. Y como nunca he ido a otro grupo, no sé como trabajen, pero yo creo que todos llevan la misma ideología en cuestión de trabajo”.*

17. OLMO, 33 AÑOS:

*“La verdad te soy sincero, no la busqué, si las había, porque ahora me doy cuenta que si las hay, pero en aquel entonces no buscaba yo eso, de hecho lo he dicho en varios compartimientos que más que nada, esa primera vez venía por... véanme.. aquí estoy..., y también aquí puedo cambiar. No las busqué, leí la literatura, pero la leí así por encima, no la leí al detalle ni con conciencia, entonces, ahora que leo la literatura ya completamente bien, sé que las herramientas están ahí, y aparte, el apadrinar te ayuda muchísimo, sobre todo a nivel emocional, porque es algo por lo que yo venía muy golpeado, y que yo mismo me he golpeado, porque nadie me había golpeado a mí, más que nada con eso, con el apadrinamiento, sabes que hay gente de confianza con la cual puedes platicar, y que te van a dar un consejo por la misma experiencia que tienen, y así si tu lo sigues o no lo sigues es tu rollo”.*

*“Pues no sé, para mí, todo miembro del grupo tiene las herramientas para salir adelante, ya depende de uno si las aprovecha o no las aprovecha, como me pasó a mí, que no las aproveché en un principio”.*

18. NOGAL, 41 AÑOS:

*“Ok, bueno. Si me da las herramientas, y una herramienta muy sencilla, que para mí ha funcionado mucho, es simplemente... la oración de la serenidad, yo no conocía la oración de la serenidad, y créeme que ahora cuando me enfrento a una situación donde yo siento que pierdo el control o que me está ganando el tema de anteponer... yo soy muy malo para recibir órdenes, no me gusta recibir órdenes, quiero darlas y no que me las den, entonces el tema de calmarme, a través de la oración, de esta oración en particular, me ha ayudado mucho. El tema de sentirme parte de un grupo me ha ayudado mucho. En el trabajo tengo relación con mucha gente, dentro y fuera del banco, pero yo te podría decir, que el área donde estoy es un área... es el área comercial, es el área que va y vende, es el área que va y cierra los negocios en una cantina o es el área que alaba a todo mundo para que nos puedan comprar lo que nosotros vendemos, es el área de... si se puede y te quiero mucho. Entonces, el hecho de llegar al grupo y de pensar que hay gente desinteresada haciendo cosas, o simplemente de que no tengo que venir con... tratando de vender algo, o diciéndole a todo mundo, si me caes bien, si eres muy bueno y eres muy excelente, para mí eso ya es algo muy bueno, ya es una herramienta para continuar con algo más, si te pudiera dar una*

*conclusión al final de esto... o hablando del tema de herramientas es... que me ayuda en los momentos de debilidad, que me ayuda a poner mis pies en la tierra otra vez, que cuando yo siento que... la vida no vale nada y que toda la gente nadamás habla para su propia conveniencia y tratando de sacar algo a los demás, recuerdo que hay un lugar donde no se da eso, y digo... es ahí, es un puntito donde tienes que volver a encontrar algo para sostenerte y continuar. Eso es lo que me ha dado el grupo. Esas son las herramientas que me ha dado el grupo”.*

*“Yo creo que sí, yo creo que sí da las herramientas para que lo pueda hacer. Lo importante de esto es... creo que un trabajo constante, un trabajo constante. Yo te podría decir que... yo veo a todos los padrinos y creo que todos tienen una actitud de dar, y todos tienen una actitud de ayudar a alguien más, porque si no, no estarían aquí”.*

#### **Categoría 10. Reconoce la influencia de emociones en el cuerpo.**

La influencia de las emociones en el cuerpo es algo que experimentan la mayoría de los entrevistados. Plantean una relación entre su estado emocional y las afecciones físicas que presentan, a la par, citan frases que los hacen responsables de su salud.

##### **1. JAZMIN, 27 AÑOS:**

*Yo cuando, antes de escribir en Victoria, te pesaba sobre 64, 65 kilos, yo lo sé porqué empecé a bajar de peso, pero así, como que fue muy gradual, y me empecé a sentir mejor, pero mucho mejor, y es cuando me empecé a dar cuenta, de guey, realmente había algo, porque yo no soy mucho de dietas, yo no soy mucho de.. eso a mí no me cuadra, pero sí este, si cambió mi forma de ... alimentación, si cambió.....*

##### **2. LAVANDA, 26 AÑOS:**

*Si, se presentaron después de mi escritura, por un hecho. Yo andaba con una persona de aquí del grupo y me dejó no, yo pensé que eso ya se me había quitado, pues la memoria corporal, yo no pensé que volviera a regresar eso, volvía a sentir lo mismo que aquella vez (habla de la bulimia), me sentía igual, igual o peor, porque ya tenía conciencia. Igual no*

*había pasado nada con él, pero si te ilusionas, piensas que ya vas a terminar con esta persona toda tu vida, bla, bla, bla.*

4. MARGARITA, 29 AÑOS:

*El aprender a meditar, el dominarlo.. pero ya no guardarme las cosas, osea ya no enfermarme sino sacarlo, a partir de que yo supe que me enferma, mi cuerpo reaccionó y me enfermé , osea me dio fiebre, me dio gripa, los patrones que me pasaban a mi hace un año, pero yo ya sabía que era miedo, que era angustia, que yo no había podido llorar y que mi cuerpo lo estaba sacando y yo, como me dijo mi mamá: “ tómate algo” y yo: “No mamá, yo cuando regrese ya voy a estar bien, traigo tos pero me están saliendo flemas, ahora sé que es de tristeza, que todavía estoy sacando mucha tristeza y que estoy triste, como te decía me siento triste, me siento muy triste, entonces el conocer mi cuerpo el decir: “se me va a quitar..”, mis dolores “monstruales” que ya van 2 meses que domino mi dolor , osea que me rompo la madre y que digo pinche madre, ¡ya me tienes hasta la madre! No hay otra palabra, iba yo en el metro y me estaban dando los dolores e identificar a que se enfocaban esos dolores ..a enojo, porque ya estaba hasta la madre, pinches dolores, que estaba yo muy encabronada, que le dije ya estoy hasta la madre de estos dolores y que después de 20,19 años más o menos, de estar con los mismo pinches dolores y cada año mas y mas y cada mes más y más días me duele y más todo, finalmente 2 meses aunque no seguidos no me he tomado la pastilla, entonces es la única pastilla que yo me tomo, osea yo no tomo ya medicamento desde antes de venir a escribir, entonces empezar a dominar tu cuerpo y conocerte, de decir: “ Ah bueno me duele... la espalda haber que estas cargando, qué estas haciendo..”,” Me duele... la cabeza estás pensando mucho ya” el empezar a dominar tu cuerpo eso es lo que se me ha hecho mucho más increíble...”*

5. DALIA, 49 AÑOS:

*Yo pienso o yo siento que el mismo cuerpo te va pidiendo ese desfogue para que no se te quede aquí adentro, el irte a desfogar allá a la hacienda, es una liberación, es una liberación tan grande que dices... en la torre.*

6. OYAMEL, 27 AÑOS:

*Entonces sino tienes la tesis, pues no puedes hacer eso, y duele un chingo, y se somatizan cosas en el pelo acá atrás, se te cae, de hecho se me hizo un hoyo acá, apenas se me está cerrando pero porque ya me estoy poniendo a hacer la tesis. Osea a penas ya agarré mas en serio el trabajo de acabarla, y ahorita estamos padeciendo de dinero, pero, por ejemplo, de repente me siento mal, digo hay si y me doy el chancecito de llorar, pero digo, nel ni madres, no hay bronca, ahorita pues va a estar así, pero ya mejor acabo, acabo y ya, estoy seguro que voy a estar mejor, y eso va a servir para que... yo estoy seguro que teniendo eso, ya no teniéndome yo ese pretexto, voy a poder apegarme más al grupo que es algo que tengo que hacer.”*

#### **7. SAUCE, 29 AÑOS**

*De salud, con gripa, catarro, tos... esa es otra de las cosas, trabajo mucho en mis emociones constantemente, cuando hay que decir algo me gusta hablarlo, no me gusta retener las cosas, porque tengo comprobado que... cuando alguien tiene problemas en su casa y no puede decir las cosas, seguro le viene una gripa, entonces no... siempre estoy resolviendo cosas, estoy hablando y hablando... no ando de perico tampoco, claro si puedo. pero... hora verás, la única vez que me enfermé de gripa, fue fuerte, me entró como un escalofrío horrible, me acuerdo, fue hace como unos 6, 7 años. Había ido a ver a mi padre, y no había podido sacar esas cosas que quería decirle, ora si que me las tragué, y cuando llego aquí a México, uta... creo que hasta diarrea me dio, por lo mismo, pero no, no gripas, catarro, calenturas, tos... nada, nada de eso, menos diarreas ni cólicos, gastritis, no.*

*“Por eso hago a un lado los medicamentos porque... cuando era más joven, tendría como unos 13, 14 años, tenía muchos problemas de diarrea, se me abultaba mucho el estómago. Pero ahora entiendo porqué, emocionalmente estaba inestable, me venían esas cosas, y me acuerdo que a cada rato estaba tomando los electrolitos que sabían a madres, pero ahora no... me he controlado más con respecto a mis emociones. Digo... puedo ver una película y me hace llorar, no, quien no vió Remi y quien no lloró, ese tipo de cosas... el señor Vitalis... ese tipo de cosas. Soy mucho más estable que antes, he ido madurando más en ese sentido. Si no tienen solución, para que me preocupo.”*



10. VIOLETA, 30 AÑOS:

*“...el dolor de cabeza, así de nada el dolor de cabeza y me dan ganas de volver y volver y volver. Luego no vuelvo nada, nadamás pura saliva, pero yo luego digo no... ya al ir una primera vez allá, ya uno se da cuenta, ya dice uno no me duele la cabeza por sueño, no me duele la cabeza por cualquier cosa ¿no? es por tanto que trae uno que se agunta o que también uno hace no... porque luego nadamás muchas veces decimos, me hacen, pero no nos ponemos a ver lo que hacemos, entonces yo digo, es por tantas pendejadas, luego yo solita digo, es por tantas pendejadas no... es eso, entonces este... ya me volvió a pasar lo mismo y porque, de que murieron mis sobrinos...”*

11. DELFA, 26 AÑOS:

*“...y aparte de que cuando eran mis juntas trataba de no estar mucho con mi hija porque sentía que toda la angustia que traía y demás se la podía pegar porque todavía la amamantaba, entonces optaba por calmarme llegaba a veces a tomarme un té o demás y ya después de un rato ya le daba de comer, o definitivamente mejor no le daba, porque traía mucha carga emocional y yo no quería. De hecho la primer junta, yo según no me afectó y le di de comer y todo, y pues si como que no le calló muy bien la leche, incluso creo que hasta vomitó o algo así, y ya. Y yo dije, pues que habré comido, fue lo primero que pensé, pero ya después platicando con mi esposo y demás, dije no, osea definitivamente fue eso, por eso a partir de ahí., las demás juntas opté por mejor no darle de comer o esperarme un rato, no se darle entrada la madrugada mejor.”*

12. NINFA, 38 AÑOS:

*No me volví a enfermar, en tres años, apenas esta vez que regresamos de la hacienda me enfermo, pues igual por nervios, por problemas.*

13. CEDRO, 65 AÑOS:

*“...entonces al otro día a las 6 de la mañana ya llegó y me dijo: qué pasó don Cedro, como está, y le digo, bien doctor. Como va a estar bien mire nadamás esa presión lleno de aparatos por todos lados, y me dice, usted no pone nada de su parte y no vamos a hacer nada si no pone nada de su parte, entonces me dijo, tu puedes hacer tu vida normal, mira*

*estas son las radiografías, este es tu electrocardiograma, tu corazón no está tan dañado, puedes hacer tu vida normal, deberas doctor, deberas, pues eso me dio mucho ánimo, y este, pues ya... suero todo, día y noche. Al otro día en la mañana llega el doctor y me dice, como esta don Juan Manuel, bien doctor, y empieza a ver el monitor, pues que barbaridad, lo que hace la mente, mira nadamás que bien estás, quítenle todos los aparatos, pásenlo a un cuarto de recuperación, que pase su familia a verlo, te vas a estar una semana aquí, y ya después te vas ir a tu casa. Te estás una semana en tu casa, tranquilo, no corriendo, no cargando cosas pesadas y en fin, empieza a hacer tu vida normal de trabajo.*

14. ALELÍ, 49 AÑOS:

*"...yo soy todavía como que... tengo mucha ansiedad, siento como que, todavía tengo que trabajar muchas cosas. Y de repente me entra mucha ansiedad, mucho estrés y se me sube la presión".*

15. CAMELIA, 27 AÑOS:

*"Entonces todo me lo guardaba hasta que caí en, así como dolores de cabeza, que me daban como calambres y este, y nunca me había pasado... bueno sí me había pasado cuando falleció mi abuelita, pero de eso ya tenía mucho tiempo, entonces un día de repente me pongo muy mala en su casa, con un dolor de cabeza espantoso y su familia de esas de que... no pus.. no le hagas caso porque se chiquea.. osea se...si osea como que me chiqueaba. Un dolor tan fuerte que no aguantaba hasta que sí me vió muy mal y me tuve que ir yo a urgencias, llegó él de trabajar y pues yo estaba en urgencias, y ahí me dijeron que era por mucho estrés, mucho rencor que traía yo. Y este, yo creo que eso fue algo que me afectó, el no compartir mis problemas, porque yo no quería decirle a mi mamá porque decía, pues ella tiene problemas ni modo de yo llegar y decirle mis cosas no..., eso fue."*

16. CIPRÉS, 36 AÑOS:

*"Y la otra, pues también dicen que fue infección de vías urinarias, pero más que nada fue de tanto pinche odio y coraje que me había tragado, que me hicieron caer.. en el hospital, eso fue hace poco.. el primero de noviembre ya estaba en el hospital."*

17. OLMO, 33 AÑOS:

*“Vine una vez a acupuntura porque yo tenía, o tengo un cuadro de asma, en el momento pensé que con la escritura se iba a quitar, porque a lo mejor estaba somatizando muchas cosas desde pequeño, porque eso.. el asma me vino más fuerte cuando, antes de divorciarme, me dio una enfermedad muy fuerte, me dio neumonía...”*

18. NOGAL, 41 AÑOS:

*“Tenía muchos problemas de garganta, tenía muchos problemas con la tos, yo conozco a un compañero que está muy orientado a todo el tema de los chacras y al tema de las áureas y todo eso, entonces me llevo muy bien con él, y cada vez que yo me enfermaba de la garganta me decía, es que hay algo que tienes que sacar y no lo has sacado, y me enfermaba del estómago y me decía, es que tienes revuelto esto y aquello y nada...”*

### **Categoría 11. Reconoce una adicción en su vida.**

En la mayoría de los casos, se observa el reconocimiento de una adicción en su vida, ya sea a una sustancia psicoactiva y/o emoción. Cabe señalar que este reconocimiento difiere del “problema” identificado por el padrino como “estigma”, más aún, muchos no se encontraron identificados con éste. El resto que no comparte la idea de presentar una adicción de ningún tipo, son aquellos que se encuentran más alejados del grupo, a excepción de un caso.

1. JAZMIN, 27 AÑOS:

*“Soy alcohólica-drogadicta”.*

2. LAVANDA, 26 AÑOS:

*“...pues yo creo que a los apegos, puta soy bien apegosa, osea soy muy apegosa y me cuesta mucho trabajo desprenderme de eso, osea mi trabajo, a la gente a los amigos, a mi familia, te digo al muñequito a la cobija que me regaló mi papá, a la ropa, uita, para que yo tire un pantalón, osea no me tiene que quedar, ahí los tengo guardados, ya no me quedan, tengo miles de pantalones y ropa que ya no me quedan y ahí la tengo guardada porque son*

*los apegos, pero como dice un maestro, si no te desapegas de eso, ya valiste, entonces algún día lo tengo que tirar no, obviamente no ha pasado el ropavejero para tirarlo no, pero si, osea, soy muy apegosa a las cosas, si yo pienso que esa es mi adicción, osea, de que dices, no manches, ya... también esa es una parte que tengo que trabajar mucho no, por ejemplo mi mamá decía hace poco, pues vamos a vender el coche que no se que, y yo véndemelo a mí aunque no tenga dinero, de veras, no sé porque osea, soy muy apegosa, osea no sé, no, y adicta si lo fui, pues al alcohol, fui una adicta al alcohol porque yo nadamás me sentía un tantito mal y uhhuu la chela, y decía, nadamás me voy a tomar dos, y cual”. “(lo usaba) ...como antidepressivo, era el momento de sentirme bien y jajaja, salía la otra Vale, la desmadrosa la jajaj, yuhuhuh, yahahah, no, la que no hacía cosas bien conscientes sin tomar”.*

3. ALAMO, 31 AÑOS:

*“No yo ya sabía por lo mismo, yo ya había estado en un grupo tradicional y ya sabía que tenía problemas con el alcohol y con la droga, porque de hecho, normalmente nunca me drogaba estando sobrio, pero cuando empezaba a beber, era cuando me daba la ansiedad también por drogarme, osea si entendía yo que no estaban bien las cosas, y de hecho, yo cuando llegué aquí, yo estaba convencido de que era alcohólico”.*

4. MARGARITA, 29 AÑOS:

*“Si, la depresión el dolor, yo creo que mucha, no hay alcohol ni las drogas, pero como lo dijo una madrina, no lo hacen por miedo, porque lo quieren, sino es más el miedo, osea si yo no hubiera tenido miedo, a lo mejor hubiera estado de drogadicta, alcohólica, pero mi adicción es la depresión, el dolor, las lagrimas, si yo lloraba era mi droga, osea ya me doblé, ya lloré, ya me conoceré, ¡ya! Para que te dijeran: “ ay... pobrecita”, esa era mi droga y hasta la fecha... pues sigo en recuperación, porque muchas veces me sigo cayendo, lo padre es de que si te apapachan pero también te dan tu patada y antes nada más era apapacho de que : “Ay pobrecita..”*

5. DALIA, 49 AÑOS:

*“Si, osea yo siempre decía...yo soy una alcohólica social... era una pinche alcohólica pendeja”.*

6. OYAMEL, 27 AÑOS:

*“Lo de drogadicto yo dije, pues no, porque la droga la probé yo creo una vez, la probé una vez. Y dije, pues porqué soy alcohólico-drogadicto”. “Porque si, osea, yo siento , como dice en el libro azul en las primeras páginas, siento esa alergia al alcohol, esa alergia que nos hace, que tomamos la primera copa y después quieres seguirtela tomando ¿no?, y llega un momento en que ya no puedes dejar de tomar. Esa sería una. Después, de que obviamente empiezas a tener problemas con la familia, empiezas a dejar de lado a tu hija, bueno en mi caso a mi hija, a dejarlos de lado por asistir a un lugar donde tal vez vas a tomar, no. No sé tantas cosas que ya empieza a mover en las esferas de tu vida, el hecho de tomarte una copa. O el simple hecho de que vas a una fiesta y ya no puedes estar sin no tomarte una copa, eso creo ya que también ya te da, ahí se prenden ya los focos rojos de que... que onda con tu forma de beber. Otra cosa por la que yo considero que yo empecé a darme cuanta, por la que yo solito pedí, a mí nadie me dijo, sabes que tu eres un alcohólico y tienes que ir a pedir ayuda...”*

*“Pues ahí como el pretexto de todos, para saber que se sentía, la droga que yo probé fue la cocaína, pues yo decía pues a ver, para ver que se siente, y fue en una etapa de la adolescencia yo creo que la he de haber probado como a los 17 años 17-18 o se me hace que antes, y la probé así, de esas que andas ahí con tu pandillita, con tus cuates, un día se me hizo fácil decirle al cuate, pues que, la quiero probar y me dice no, tu no eres de esos, que no se que tanto, tu nadamás eres borracho. Pero, pues la probé y las sensaciones físicas que tuve es que me sentía como Hulk, osea sentía mucho mi corazón, se puso a trabajar al mil por hora, pero realmente de ahí ya no la volví a probar, como que dije, no es lo mío, lo mío es el alcohol y ya. Hasta después.. hasta el cigarro se me hace mas malo, entonces así”.*

*“Con el sexo, con el sexo, con esta chava también era una adicción al sexo que, pues osea, no te puedes imaginar... bueno si te puedes imaginar, pero osea, es eso una adicción al placer, a darle los placeres al cuerpo, que al principio piensas que el alcohol también es un placer, pero cuál, ya después de unas copas te sientes muy mal”.*

7. SAUCE, 29 AÑOS:

*“Drogadicto, porque en algún momento quería consumirla, quería conocerlo. Todo esto, no sé si lo tomes como justificación, mi intención siempre es conocer, saber, quise probar la cocaína porque mis amigos lo hacían, que sensación había. La marihuana también, simplemente entendí que no vibro con eso, no es mi idea de la vida. Claro que la marihuana, la cocaína, la heroína pues generan otros estados de conciencia, otras realidades. Yo estoy en otra y no vibro con ese tipo de realidades, entonces lo hago a un lado. Entonces el hecho de haber tomado, como te dije hace un momento, el curso en Victoria, fue por eso, por querer conocer, saber qué onda con todo mundo...”*

*“Y mira.. lo del estigma no me la trago.. he entendido que en el mundo uno viene a sufrir pero no de dolor.. uno viene a sufrir cambios como un diamante, entonces el hecho de venir cargando una idea... porque así se le ocurrió al padrino, digo.. funciona para muchos, para mí no. no es mi idea. Dije bueno... ese fue el que me pusieron, sin embargo no soy un drogadicto, no me considero un drogadicto, tengo parte de... por supuesto... consumo alcohol, fumo, me encanta ver películas, estar en pláticas con muchas personas... pero no en el sentido de inhalar o inyectarme.. me entiendes, esa es la base de todo esto.”*

9. TULE, 23 AÑOS:

*“... tenía adicción a la ansiedad sexual cabrona, no la podía dejar, porque ni siquiera era sexo, porque en ese entonces ni siquiera tenía relaciones sexuales. Tenía adicción a la soledad, quería sentirme solo aunque no me gustara. Una de las adicciones más cabronas, al odio, era... hasta me llenaba la boca de decir que odiaba a ciertas personas. Ya... creo que ya...” “... bueno nunca me he emborrachado, eso sí, pero si, si tomo.”*

14. ALELÍ, 49 AÑOS:

*“Al principio como que sentía que no era alcohólica, pero ya después, la verdad es que nunca se lo he preguntado a mi madrina porqué alcohólica, porque no tomo, pueden pasar años y meses y no tomo una copa, puede ser a lo mejor porque mi esposo es alcohólico. Y siempre he tenido miedo de no tomar para no verme como él, yo lo creía así, la verdad nunca he tenido la curiosidad de preguntarle a mi madrina porqué fue”.*

*“No, yo no me considero alcohólica, bueno si y no, lo que pasa es que, yo cuando yo llegué al grupo, yo pensé que yo iba a ser neurótica, bueno de hecho yo considero que soy neurótica, pero ya cuando mi madrina me dijo... no pues que tu eres alcohólica, dije hay pues porqué alcohólica, como que yo tenía muy arraigado el hecho de que alcohólico se pone hasta la jarra y no sabe ni de su nombre en ese momento, bueno después de unas horas, o el que toma, toma y toma y ya no puede parar de tomar, osea que toma y que tu le dices ya... y le vale queso. Yo sentía que eso era alcohólico, pero ya después, pues ya, cuando me dijeron es que tu eres alcohólica por esto, dije no pues sí.” “Por... textualmente no lo recuerdo, pero el caso es que fue por el tipo de acontecimientos cuando yo tomé, que pasaron y como me marcó en mi vida. Eso fue, o al menos sí yo lo entendí, te digo, textualmente no me acuerdo, ya tiene muchísimo tiempo y que yo siento, de hecho me siento un poco culpable porque yo creo que debería recordarlo, porque es algo importante, pero no me acuerdo”.*

15. CAMELIA, 27 AÑOS:

*“Si lo fui. De principio no, como que no estaba conforme con mi estigma. Pon tu.. alcohólica si, pero drogadicta, pues yo digo que no, porque no me inducí bien al vicio, de hecho fueron dos ocasiones nadamás, pero ya me explicaron el porqué fue, porque en el momento hubo una parte así que estaba en la “depre” y fue cuando lo fumé, fue por eso”.*

16. CIPRÉS, 36 AÑOS:

*“Pues yo no me siento alcohólico, porque realmente, por lo que he leído y todo esto, que he aprendido del grupo, pues yo la verdad nunca he tenido, desde que dejé de tomar, que fue antes de llegar al grupo, nunca he tenido ansiedad de..., osea, no me llama la atención el volver a tomar, y la verdad nunca me emborraché... no sé ni que es una cruda.. y todo lo que luego me oigo que dicen que una cruda y todo eso, pues yo la verdad no sé, porque nunca la experimenté”.*

*“Y ahí empecé a tomar, a pesar de que no... lo hacía más que nada por el compromiso... pues porque la firma a mí me generaba dinero y a la empresa también y, pues por eso. De hecho, cuando se terminó la primera etapa de las obras, las demás constructoras me buscaban para que trabajara con ellos, por lo mismo de que veían que el avance de obra*

*era muy rápido, y lo hacían bien, era bien hecho. Y ahí me di cuenta que empecé a tomar un poco más”.*

*“Pues si me di cuenta de eso, pero precisamente por esa situación, lo empecé a rechazar, y pues, me encontraba amigos que eran.. esos sí se perdían. Luego nadamás me iban a buscar, me hablaban por teléfono, como sabían que tenía un taxi, me hablaban por teléfono par que yo los llevara hacia los tugurios a los antros, ellos seguían tomando, a veces si tomaba con ellos, pero yo sabía que tenía la responsabilidad del taxi y.. por eso me detenía bastante. Pero.. yo siempre tenía en mente, siempre tuve en mente eso de que, el que tomaba, el que se drogaba era porque le tenía miedo a la realidad. Entonces me empecé a dar cuenta que yo ya estaba igual que ellos, y entonces, por eso cuando yo llegué al grupo ya tenía, ya tenía casi, osea ya tenía en esa época un año que me había separado, y ya tenía seis meses que ya no tomaba alcohol, por lo mismo, porque me di cuenta que a lo mejor lo estaba agarrando como fuga”.*

17. OLMO, 33 AÑOS:

*“...soy alcohólico y me invitó (su primo) hace seis años, pero yo no lo acepté, empecé a ver el cambio en él y eso fue lo que me hizo venir, hasta el día en que hice una tontería con mis abuelos que me pegó muchísimo porque los quiero muchísimo, fue cuando decidí venir a escribir...”*

18. NOGAL, 41 AÑOS:

*“Pues yo al principio pensaba que no, de hecho cuando incluso tuve la escritura y me dijeron que era alcohólico, yo todavía me resistía a pensar que realmente era alcohólico, sin embargo, algo que los padrinos me dijeron me hizo reflexionar y al final darme cuenta de que sí era alcohólico, lo que fue, fue el tema de que... muchas cosas que yo hice o que yo hago en el influjo del alcohol, son cosas que me perjudicaron o que no van acorde a lo que yo haría en una forma sobria, entonces lo que me explicaba el padrino era bueno... si al final de cuentas te estás apoyando en el alcohol para hacer cosas que en el estado normal no harías, o para fugarte y pensar que todo está bien, pues ahí tienes un problema bastante grande en el alcohol. Y haciendo una retro, me di cuenta de que los puntos específicos de*



*mi vida donde yo quería fugarme, pues eran con una botella de tequila al lado, entonces pues estoy convencido de que... alcohólico”.*

## **Categoría 12. Se ha alejado del grupo.**

Justo la mitad de las personas entrevistadas han asistido con regularidad a la institución y/o al trabajo en Hacienda. Entre las razones que reportan aquellas que se han alejado están la falta de tiempo, la lejanía de sus hogares o centros de trabajo, los problemas familiares, la falta de dinero y desidia. Cabe señalar que se registra los problemas o roces entre compañeros o coordinadores de la institución como un factor que los hace pensar en dejar de asistir, pero en ningún caso se reporta como determinante.

### 1. JAZMIN, 27 AÑOS

*“Al principio, como todo buen apoyo, venía nadamás a las avanzadas, este.. después ya fue venir más constante, fue venir toda la semana, de querer desapegarme al grupo si ha pasado por mi cabeza, porque ha sido así como, pues sí ya tengo un proyecto de vida, tengo un negocio propio no, pero me he escudado en eso, porque ha sido el rollo de ya no estar conforme conmigo, así como que necesito más, como que estoy en ceros, osea ya viví esto... quiero más, quiero más...”*

### 1. LAVANDA, 26 AÑOS:

*“Pues así totalmente no, pero sí me he desapegado por problemas personales, por ejemplo hace poco, que será de noviembre, no de octubre para acá, pasaron una serie de cosas, se murió mi abuelito, se enfermó mi sobrino, se muere mi tía, se muere mi otra tía, se enferma mi tía que vive con nosotros, este... ya, ya después de ahí, que pasó, no pues creo que ya hasta ahí llegamos, creo que sí, pero ha sido a lo largo de octubre a mayo, osea todo eso, fue así un total estrés, osea yo me sentía super mal, super triste, ya había veces que ya no sabía ni para donde ir, no podía venir al grupo, decía voy a ir hoy y ya no podía por alguna u otra cosa que salían problemas, este, tuvimos que remodelar la casa, como diciendo pintar, resanar y todo ese rollo, entonces la verdad, como que en ese momento*

*como que me despegué totalmente no, de hecho ya lo estaba retomando otra vez, así de venir diario, pero, porque venía cada tercer día, porque también tenía que hacer trabajos pero así de fuera, que capturar que esto, ...entonces todo eso me absorbía mucho y la verdad no podía venir”.*

2. ALAMO, 31 AÑOS:

*No, no me he alejado...*

3. MARGARITA, 29 AÑOS:

*“No puedo venir mucho al grupo porque sigo viviendo en la casa de mi mamá y mi mamá me pone status después de las 10 de la noche no llegues aquí, pero no llegó y es un pleito, osea yo he tratado de compensar las cosas pero es muy difícil, osea me es muy difícil, ella entiende, apenas va entendiendo lo que es el grupo”.*

4. DALIA, 49 AÑOS:

*“Bueno los motivos fue porque me empecé a sentir mal, te digo que por la menopausa, ese fue el motivo.”*

5. OYAMEL, 27 AÑOS:

*“Yo, por ponerme mis pretextos, mi pretexto más grande y que yo creo que es el que más me hacía valer es la cuestión económica que hasta la fecha no me logro pues como que, sobreponer, porque no he tenido buenos trabajos tal vez, traigo arrastrando la cuestión de la tesis, que también es una de las cosas que ya dije ya, chillando y haciendo porque sino no lo hace uno, pues yo creo que ese sería el más grande. La otra es ese miedo a dar el paso, ese miedo a que digo chale, pues que te cuesta irte, no pues es que está lejos de mi domicilio, yo vivo por avenida central, la zona de Aragón, me hago unos 40 minutos una hora, una hora una hora y cuarto más bien, depende como esté el tráfico y el metro, pero son pretextos”.*

6. SAUCE, 29 AÑOS:

*“...y no regresé porque.. había terminado un ciclo ahí, y también es peligroso, desde mi punto de vista muy personal, seguir, creo que genera otro tipo de adicción, creo que uno*

*tiene que hacer su trabajo y desprenderse porque el apego se disfraza de muchas formas, entonces uno tiene sentimiento de no querer dejar el alcohol, la marihuana, cocaína, heroína lo que quieras.. porque.. por no sentir un vacío, pero cuando la dejas se agarra de otra cosa. Entonces no creo que sea así, más bien creo que hay que trabajar de lleno y de fondo con el apego, y saber que nada ni nadie es indispensable para el desarrollo de uno, es muy personal el punto de vista, digo es mi realidad, son las cosas que he experimentado y que he trabajado en todos estos años, por eso me atrevo a comentártelo”.*

*“No sé si sea sano pertenecer ahí muchos años, no lo sé, para mí no, por eso dije gracias, de corazón gracias.. y estreché y abracé a todos los que pude. Pero me di cuenta que ese no era mi camino...que ahorita estoy en eso.. en ese camino del conocimiento”.*

7. ROBLE, 30 AÑOS:

*“Así como decir que me alejé, yo siento que no, no he venido porque, por las circunstancias de mi trabajo, muchas veces la familia también, pero que me haya, que yo haya dicho, no pues ya no voy a ir al grupo... no... yo no me considero así”.*

10. VIOLETA, 30 AÑOS:

*“Bueno así de que yo tenga algo así que, contra el grupo o algo así que no me gusta... no. no tengo nada que decir, a lo mejor también porque no estoy muy apegada y no me doy cuenta de las cosas, así verdad...”*

*“...muchas de las veces no vengo porque no tengo tiempo, y también hay que ser sinceros, a veces que si hay tiempo pero uno prefiere hacer otras cosas que venir aquí que sí sirve, la verdad sí sirve, es lo que luego le digo a él (a su esposo), el grupo sí sirve, los que no servimos somos nosotros, porque ya sabemos lo que tenemos que hacer, pero preferimos seguir haciendo pendejadas, le digo yo a él, preferimos seguir haciendo las mismas pendejadas porque el grupo sirve...” “Pues sí mira si me sirvió... le digo, los que no servimos somos nosotros, nosotros somos los que preferimos seguir haciendo pendejadas que hacer lo que nos enseñaron allá o lo que aprendimos y eso es lo único, somos nosotros no el grupo, el grupo sirve, le digo ma... deberías de ir un día y vas a ver las caras de todos, bien alegres osea te contagian, y mi hermana también es lo que dice.... sí no tengo nada que decir del grupo, el grupo sirve mamá, pero es como dice ella, los que no servimos*

*somos nosotros, nadamás es eso, y sí de que le digo que desde que se fueron ellos, como que se siente que algo se salió... pues eso..."*

11. DELFA, 26 AÑOS:

*"Lo que pasa es que yo dejé de ir, dejé de ir, y si tuve la intención de ir a buscar a mi madrina, pero no se, deje de ir fácil como... osea si fui a los testimonios y demás, pero dejé de ir yo creo como un mes, y ya cuando me sentía así, incluso se lo comenté a mi esposo... le dije, es que yo sé que tengo que trabajar esto, pero como. Y el me dijo, es que tu tienes que ver como lo trabajas. Osea tu busca, si ya te diste cuenta de donde está tu error, ahora ve cómo lo puedes solucionar. Pero yo me sentía así... pues sí pero como.... seguía sí como la pregunta del como. Y sí fui a buscar a mi madrina e incluso le comenté que no había podido terminar las indicaciones que te dan y demás en tu papel, y ya me comentó lo que podía hacer, ya me comentó que lo volviera a revisar, y ya me dio otras indicaciones y le dije que ya quería trabajar, le digo que cómo. Y pues ella me dijo que siguiera yendo a apadrinarme con ella, para que le siguiera diciendo que era lo que seguía pasando para que a partir de ahí pudiera ver. Pero yo ya no fui... y ya no fui un tanto por desidia, la verdad, porque el tiempo lo tenía, sino que más bien como que dije, no pues luego voy, osea el postergarlo, postergar siempre las cosas, y me enfoqué a mi hija, me enfoqué a terminar las materias que me faltaban en la escuela, y me enfoqué prácticamente a mi vida de casada, y ya dije luego voy".*

*"...como que siento que si yo empezara a ir más al grupo yo creo que ahí si tendría herramientas, porque ahí si tendría el jaloncito de orejas y estaría viendo.. incluso siento que ir a la hacienda me ayudaría mucho porque ahí te das cuenta, osea el hecho de que vayas como apoyo, osea trabajas tolerancia a más no poder, ahí también no te puedes enojar, y yendo como apoyo no te puedes enojar por lo que haga el otro, entonces yo siento que todo eso, eso te ayuda mucho, osea yo siento que a lo mejor eso es lo que a mí me hace falta, osea, volver a, como se dice, volver a reincidir a regresar a esa parte, y además de que yo siento que también... ya pensando las cosas como que también los enojos son porque no tengo lo que me gustaría tener ahorita".*

12. NINFA, 38 AÑOS:

*“Ahora ya no he venido como antes. Antes venía mi suegra, mi suegro, mi cuñada, venía mi suegro porque trabajaba aquí cerca en el toreo. El (su esposo), lo cambian de trabajo y se va a Santa Fé, y ya no podía venir igual. Yo podía venir porque mi suegra me decía, está bien vete, yo te veo a los niños, o ahora me voy yo y tu te quedas o cualquier cosa, pero ellos se empezaron a alejar, empezaron a dejar de venir mi suegro, mi suegra, mi suegra porque mi suegro ya no la dejaba venir, porque le había dicho que ya fue y que con una tenía que entender, osea que, ella se va a su seguimiento y deja de venir”.*

*“Mi suegra dejó de venir, mi cuñada dejó de venir y me dicen que el hecho de venir yo aquí es descuidarlos, y yo les digo que no porque a veces hasta más, y si yo me quedo a veces hasta peleo o “X” cosa, ellos también deben de tener su espacio, ellos también deben de enseñar a comportar, porque él ya está grande, ya no está chiquito. Yo dejé de venir, y decía bueno un día, dos días, no ya no fui toda la semana, ya al mes llego a venir una o dos veces por lo mismo, de que me critican mucho, que los dejen. Que me salgo, pero yo nunca los dejen excepto para venir aquí”. “...de hecho yo me alejé por ese motivo, porque ellos dicen que yo los dejen mucho, que hacen travesuras que se pelean, que se pegan mucho entre ellos”.*

#### 13. CEDRO, 65 AÑOS:

*“... antes venía casi diario, pero llegó un momento que empecé a poner un justo medio, en donde encontré que, pues no se si sea gran cosa, y no es que fuera a perder el tiempo, sino invertirlo mal, que a lo mejor es lo mismo, porque, porque veía que la gente venía nadamás a platicar, que si se hablaba de una séptima... hay estos no saben hablar más que de dinero, este, y detalles de esos, entonces dije... aquí no estoy aprendiendo nada, si, y ayer lo exterioricé, yo vengo el lunes y el martes, porque es cuando aprendo algo...”*

#### 14. ALELÍ, 49 AÑOS:

*“...hasta la fecha me pone muchos pretextos (su esposo), me dice es que no el carro anda mal.. pues vámonos en pecero... no es que me siento mal, porque es un hombre que casi los últimos años siempre está enfermo, ahorita lo dejé bien mal, y nadamás le hablé por teléfono y le dije, pues yo lo siento, porque también, yo le dije mira... si tu te atiendes te vas a sentir bien, pero si no te atiendes, y yo le he dicho, bueno ya no está en mí, osea yo te*

*cuido dentro de lo que te puedo cuidar, pero lo que tu tienes que hacer solamente tu lo tienes que hacer, entonces está bien malo porque... le hace mucho daño todo lo que es el refresco, la coca pero no lo deja, entonces le dan sus crisis de gastritis”.*

15. CAMELIA, 27 AÑOS:

*“Sí (me he alejado), pero pon tu, dejo de venir una semana o trato de venir dos veces por semana, lo mucho es una semana que llego a faltar”.*

*“Por.. bueno antes era por eso de que me quedaba muy lejos, y también ahorita de que.. de los papás, hay vas a ir al grupo y llegas aquí tarde, y luego mi mamá se queda con la preocupación, más que nada es eso”.*

16. CIPRÉS, 36 AÑOS:

*“Si me alejé en una ocasión, pero fue porque, si lo comenté, de hecho para mi escritura de seguimiento, que.. pus había una chava también aquí del grupo que la había vivido conmigo, y me decía que.. que se sentía bien conmigo, hay pues que padre, y empezamos a salir, pero tuvimos problemas”.*

17. OLMO, 33 AÑOS:

*“De hecho en ese momento decidí alejarme del grupo, porqué, pues por tonto, porque ya me había apadrinado al respecto de con esta niña, ya me habían dicho cuáles eran las situaciones que llevaba empezar una relación dentro del grupo, más sin embargo, me valió madre y decidí intentarlo. Cuando recaigo dije chin.. voy al grupo, pero como el perro con la cola entre las patas, no me apadriné, pero si me sentía mal, de hecho todavía fui a dos haciendas sin decir nada, sin comentar nada, y... más que nada era... igual la soberbia, qué me puede ayudar la gente, nadie me comprende y ya sabes, todo ese rollo de conmiserarte, y te van a regañar o te van a correr... todo ese tipo de situación.”*

*“...el día que me dijeron que tenía que escribir otra vez, yo decía no... me voy del grupo, si no hubiera sido por esa persona que me habló y me dijo, sabes que... yo sé que te ayudé y también quiero ayudarte a que no vuelvas a caer.. dije bueno, si alguien está viendo por mi, porque por primera vez sentí que alguien estaba viendo por mí, dije bueno yo porqué no ver por mi vida, y porqué volver a alejarte de tu mamá, porque fue lo que pasó, me volví*

*a alejarme de mi mamá y de la familia, dije no, creo que ya es tiempo de un cambio en tu vida.”*

18. NOGAL, 41 AÑOS:

*“Si me alejé, me alejé un poco, porque.. llegó un momento en que.. como que... ya no me daba mucho lo que yo necesitaba. Pasó algo muy chistoso, en el período en que yo vine y estuve muy cercano al grupo, fue un tema donde prácticamente el nivel de trabajo o el volumen de trabajo había descendido, yo decía, bueno algo tiene que ver, seguramente porque tengo que estar recuperándome o haciendo cosas, sin embargo empezó a generarse mucho más y... me empezó a dar mucha flojera venir, las últimas veces, o los últimos meses para ir a apoyar a la hacienda.. me empecé a enfermar de la garganta inconscientemente, de hecho, esta última ocasión, dos días antes empecé a sentir un malestar en la garganta, y yo decía, es que se me va a cerrar la garganta, no voy a poder ir”.*

### **Categoría 13.- Recomienda el trabajo.**

Sin excepción, todas las personas entrevistadas ha recomendado el trabajo a familiares, amigos y/o conocidos.

1. JAZMIN, 27 AÑOS:

*“Por supuesto, por supuesto que sí...” “A una persona alcohólica-drogadicta le diría, sabes que... primero se la manejaría con mi experiencia, que tanto pasé y que tanto no pasé. Y al final sería, es un lugar donde te vas a enfrentar, donde vas a encontrar todo ese amor que tiene y donde no te van a dejar solo”.*

*“A ese alcohólico-drogadicto le diría que es algo que realmente necesita, que nadamás eche una vista, un vistazo para atrás y que se de cuenta cuánto daño nos ha hecho la droga, cuanto daño nos ha hecho el alcohol, y que si quiere a alguien a quien decirle las cosas, sin que lo juzgue sin que le diga ahí está, y que ahí está y que él puede y que él es el que va a decidir, así como yo decidí dejar de drogarme, dejar de tomar, él también puede tomar la misma decisión”.*

2. LAVANDA, 26 AÑOS:

*“Sí, si lo he recomendado a mucha gente, de hecho mi mamá según iba a venir, pero a la mera hora, no es que no se qué, y yo ándale mamá vamos, todavía no trabajaba, le dije vamos es en las noches, no es que tu primo, osea ya sabes miles de pretextos, y ándale mamá, hasta le dije al jefe... ándale... porfis que vaya si le hace falta porque si se veía triste, ahorita ya está mucho más tranquila, desde que le dieron el masaje, osea puta, la verdad es que sí, ya no la veíamos llegar y ahorita ya está mas tranquila, ya este, ya sigue con su chamba de la ropa, los zapatos, le va muy bien, pues ya le ayudo y todo, ya está mejor, hasta mi papá luego se peleaban... de hecho a mi tía antes de que se enfermara y todo yo ya le había dicho, ándale tía ve que no se que, pero nunca han querido, de hecho no, también mis amigos que vinieron antes que yo también me dijeron, no pues es que está chido no tiene nada de malo y este, pues ya les dije, pues es que está chido y no se qué, pero pues no tampoco... se han alejado un buen, porque igual les pasaron un buen de cosas y ya se alejan, yo también siento que porque muchas veces creemos que el llegar al grupo, osea, no nos va a pasar nada, osea que somos invencibles y que ya Diosito nos va a proteger y todo, pero yo creo que todo eso que nos manda son pruebas y más yo ahora que lo viví, osea, yo nunca pensé que una tras otra, tras otra nos fuera a pasar y pasara no, y sí, ya lo vi y lo viví y yo creo que por el grupo lo soporté, porque si no, no hubiera soportado”.*

3. ALAMO, 31 AÑOS:

*“Si de hecho lo recomiendo mucho, porque pues aquí he aprendido todo esto y yo vivo con esto, a través de trabajar con otros, que es uno de los principios más grandes de AA, trabajando con otros es como encuentro mi recuperación, al darle a otros esto es como yo puedo irme recuperando también, y vamos, es satisfactorio ver que hay personas que logran cambiar, que en mi caso, a lo mejor cuando yo llegué hubo alguien que se preocupó por mi y eso me ayudó, pues igual yo me preocupo por otros y espero que les ayude con esas... pues con esas ganas de que les sirva de algo lo que yo estoy haciendo”.*

4. MARGARITA, 29 AÑOS:



*“Lo que quiera encontrar, lo que él quiera encontrar, no le diría que puede encontrar, porque siento que caería en mi experiencia propia, osea si le podría compartir que a nivel personal he encontrado muchas cosas y siempre que lo comparto digo que: ahora si puedo decir que no nada mas es ir a escribir que lo fuerte, para mi, viene después, el enfrentarte, que tienes que hacer mucho trabajo, que te cansas...” “...entonces yo lo que comparto con la gente que me pregunta o que voy a invitar, porque generalmente no invito, les digo pues cuando quieras ir, me hablas o tú puedes ir, te doy la dirección y no hay ningún problema...” “Y pues si yo nadamás les digo que es un trabajo muy fuerte para mi sigue siendo muy fuerte y que lo más duro viene después de la escritura”.*

5. DALIA, 49 AÑOS:

*“A pus sí, lo recomiendo a todas las personas que quieran cambiar y que quieran ser diferente en la vida, sí”.*

6. OYAMEL, 27 AÑOS:

*“A mí me está pasando algo que digo que es bonito y que nunca había sentido esa fortaleza, que mi hermana fue a escribir, entonces a mí algo pasó, desde que yo la invité hace como un mes, yo sentí un compromiso, sentí algo que decía.. oye no manches, como la estás invitando, le estás diciendo y tu no manches vas a seguir de borracho.. pues no manches, entonces eso ha sido una fortaleza para mí, que me ha hecho entender unas cosas.”*

7. SAUCE, 29 AÑOS:

*“Y siempre que veo a alguien con problemas de adicción, pues platicamos un poco y.. pues.. les recomiendo que pudieran hacer ese trabajo. Digo, no todos lo hacen, por obvias razones..”*

*“De camaradas, porque si han ido personas que han ido. Digo algunos, uno en especial me acuerdo que sí tenía como que mucha intención, estaba muy lastimado, estuvo, hizo el 4° y 5° paso, fue a la hacienda, hizo su trabajo, lo dejé de ver mucho tiempo. Y hace como una semana me lo encontré... me lo encuentro, pues venía drogado, pues me dio gusto verlo.. no le podía decir... oye güey pues que onda.. no. es su rollo pues, yo le dije... puedes irte por*

*ahí si quieres, si no, vete por el que da toda la vuelta, ahí te corresponde.. a mí no me corresponde hacer otras cosas, las que no puedo hacer, entonces ahí se quedó el chavo. También fue otra amiga, psicóloga, hizo su trabajo, le pareció muy bien, se estabilizó, le ayudó a madurar mucho, por su autoestima, ella fue por su autoestima. Mi hermano también fue, pero está en su proceso de soberbia, a trabajar eso, entonces creo que no le funcionó como debería, para mi gusto, a lo mejor para él si le ayudó”.*

8. ROBLE, 30 AÑOS:

*“Lo sigo recomendando”.*

9. TULE, 23 AÑOS:

*“Si... ose infinitamente... infinitamente, el padrino que le tocara a la persona que yo invite, porque también siento que cada quien le toca lo que se merece. También, yo también creo en eso fervientemente y si le toca un padrino que no sabe ni maíz, pues también fue lo que se mereció en ese momento, pero si lo recomiendo, ampliamente”.*

10. VIOLETA, 30 AÑOS:

*“Si, si lo recomiendo.”*

11. DELFA, 26 AÑOS:

*“Si, si lo he llegado a recomendar, e incluso fui muy insistente con una de mis cuñadas, pero pues no, y de hecho yo lo recomendé justamente como lo tenía que haber recomendado, como te digo, yo empecé a cambiar luego, luego enseguida, ella vio, ella notó esos cambios y me preguntaba... ello pero esto así y esto así... pero es que no te puedo decir más, osea vívela y créeme que no te vas a arrepentir, créeme que hasta vas a tener una deuda conmigo, pero es que así me llevo yo con ella. Pero no, no se avienta, pero ahora que ya ve a su hermana, porque a mi cuñada, yo creo que ha sido de las pocas personas que a mí me ha tocado ver, que su semblante le cambia como no tienes una idea, ahí si para que veas, como si volviera a nacer, definitivamente, osea, si lo he visto en otras, que se les ve que si trabajaron y que muy padre y de más, pero tan radical así el cambio de ánimo de ver las cosas, la verdad es que sí me impresionó mucho su trabajo de mi cuñada,*

*al grado que ha toda la familia movió su cambio, a su mamá, bueno mi suegra, a las demás hermanas, y sobre todo a las hermanas que traen más ruido, entonces este, están así, sobre todo ella a le yo estuve invitando, y a su mamá... a cada rato.. oye... pero es que esto...”.*

12. NINFA, 38 AÑOS:

*“Todo cambió radicalmente cuando yo vine aquí, con los niños y con todo. El (su esposo) vino a escribir a los 10 meses, él me decía, es que si tu me hubieras dicho de lo que se trataba yo hubiera ido desde antes, le digo pues no, prácticamente él cambió muchisisísimo cuando él vino aquí a escribir.”*

13. CEDRO, 65 AÑOS:

*“...dicen que llegué con más brillo en mis ojos, con la cara de cansado y todo pero diferente, que me vieron que caminaba derecho inclusive, fíjate que detalles, entonces dijo mi hija mayor, no pues yo quiero ir, hizo su experiencia, entonces le decía yo, pero es que yo tengo un compromiso con el grupo, tengo que ir a apoyar a ayudar y eso, pero me dijeron aquí que no podía porque iba mi hija, y luego este, pues que mi otra hija es la más difícil no, ella es muy difícil, mucho muy difícil, no fregada, dije no esta no aguanta, no esta no va a aguantar, le dije a mi hija mayor, y mi esposa, pues porqué se cuchichean, ya ves que aquí no se puede decir nada, y entonces después dice mi esposa, pues yo quiero ir, yo quiero ir, pero se atraviesa la cosa de que no puede ir porque va mi otra chiquita”.*

*“...osea que le hago al promotor no, y gente que me conoce, y me dice, fíjate que tengo un problema. Mira quieres resolver tu problema, quieres ayuda, yo te puedo ayudar, yo te invito a un grupo donde yo estoy, no pero que cuesta mucho,... no cuesta, irte a tu experiencia te va a costar \$350,00 y si no tienes yo te los invito, deberas, deberas... ahorita tengo escribiente. Entonces este, pues son detalles, el hecho de que yo me sienta bien por estar en este lugar, lo menos que puedo hacer es compartir con la gente esa recuperación, para que esa gente deje su sufrimiento a un lado, porque como le decía también a una chava no, la que esta ahorita de escribiente, oye hija, y aparte de sufrir que otra cosa sabes hacer”.*

14. ALELÍ, 49 AÑOS:

*“Les comparto, por ejemplo ahorita voy a hacerle la invitación a una amiga, que tiene un hijo en la cárcel, ya le hice la invitación una vez... pero venía su mamá aquí, entonces le dije... deja que se vaya y cuando... antes de vivir la experiencia la verdad, yo me sentía muy mal, una persona muy resentida, con muchos miedos, yo no dormía bien, mi relación con mi pareja pues no era buena, ni con mis hermanas, yo siento que me ayudó mucho, sentí que me ayudó a escribir y a dejar muchas cosas ahí. A quien le he hecho la invitación le he dicho que la verdad, es una experiencia muy dura, muy dura porque vamos a escribir nuestra vida, y que no es fácil volverla a vivir, y a recordarlo porque hay muchas cosas de nuestra vida que nos duele, nos dolieron mucho cuando pasaron, pero que nos va a ayudar a estar tranquilos, que nos va a dar armas para seguir adelante no”.*

15. CAMELIA, 27 AÑOS:

*“Sí... les digo pues que es una experiencia... que es una experiencia muy difícil, pero pues que al final se recompensa, porque realmente, a como entras a como sales, es totalmente diferente, porque todo lo que estás cargando se te olvida después”.*

16. CIPRÉS, 36 AÑOS:

*“El trabajo sí lo recomiendo...” “Pues yo más que nada les digo que es un trabajo... ahí afuera ... ya ve como hablan en la calle, les digo es que es un trabajo para cabrones que realmente quieren, quieren enfrentarse consigo mismos y dejar sus miedos y todo lo que le está dañando, yo sí a todos los que están aquí que se que se envician y todo, que son todos se podría decir..., osea cada quien tiene su vicio, pero todos son viciosos, osea son drogadictos, los he tratado de convencer pero no quieren, y como he aprendido que no los debo de insistir, pues no les insisto, pero si... si de repente les aviento sus terapias... cabrón si tu tienes la culpa... vas a perder tu trabajo por esto, por esto y el otro, así”.*

17. OLMO, 33 AÑOS:

*“Si...” “Bueno para empezar, creo que tienen que ver un cambio en ti, que fue lo que yo ví en mi primo, por eso vine también, y lo segundo es, realmente conocer a la persona que se lo vas a pasar... que le vas a pasar el mensaje, obviamente conocerla, platicar que es lo que tiene, que es lo que le pasa, si toma o no toma, como se siente, porque para pasar el*

*mensaje a mí me queda muy claro que tienes que conocer a la persona, no nadamás por que lo hayas escuchado, es que me fui a tomar, es que me fui a emborrachar, o es que hago mi desmadre, yo creo que primero tienes que conocer a la gente para poder decir... va te paso el mensaje”.*

18. NOGAL, 41 AÑOS:

*“Un día voy a visitar a unos primos y les empiezo a platicar y me dicen... como estás... le digo... pues bien.. y empiezo a platicar de todo lo que pasó (de la experiencia), como me sentí, y es increíble porque, lo que menos pensaba yo era hablar del tema de grupo, pero me empiezan a preguntar tanto que empiezo a explayarme algo que... nuevamente no hago, no comparto mucho, pero empiezo a platicarles todo lo que he vivido y empiezan ellos a llorar y a decirnos pues qué bueno... donde es... qué hacemos. Entonces... pues básicamente es eso.”*

### **3. 4. Análisis de resultados.**

Cada una de las entrevistas capturadas son una muestra palpable de la forma en que la persona se apropia de su entorno y la integra a su vida. En sí misma es verdadera y válida sin necesidad de someterla a ningún juicio. Por ello, las siguientes reflexiones están lejos de pretender construir generalidades que deban aplicarse a todas las poblaciones urbanas, la intención en cambio, se centra en traducir las relaciones o puntos de coincidencia entre los discursos basándonos en el análisis de resultados previamente presentados para poder llegar a una tipificación de la persona que asiste o continúa su trabajo personal en el grupo. A la par se da respuesta a la interrogante que propició el estudio: ¿La opción de trabajo personal que ofrece Victoria, Salud Integral, A.C. representa una opción efectiva en el tratamiento de adicciones?.

En principio, la existencia del grupo Victoria, como lo conocemos, se debe a la necesidad de dar respuesta a trastornos emocionales, raíz de adicciones que representan un

grave problema social en nuestro país y que aumenta considerablemente, a diferencia de los tratamientos que poco o nada contribuyen a su solución. De ahí su existencia.

Nuestros 18 participantes entrevistados representan una pequeña porción de las 3236 personas que han llevado a cabo el trabajo de escritura<sup>19</sup> (Anexo 5). En mayor o menor medida, todos nuestros participantes presentan el perfil del habitante del Distrito Federal: un desequilibrio físico, palpable en enfermedades recurrentes como gastritis y colitis, dolores de cabeza, hipertensión y problemas respiratorios como asma y gripas; y un desequilibrio emocional caracterizado, principalmente, por sentimientos como soledad y depresiones profundas que en muchos casos desembocan en el consumo inmoderado de alcohol, droga y el desarrollo de trastornos alimenticios como la anorexia, que pueden estar acompañados de ideas o intentos de suicidio en el 70 % de los casos.

A nivel físico, innumerables estudios dan cuenta de los factores que atacan el estado de salud de las personas en el D.F. La calidad del aire, el gran consumo de alimentos procesados y/o industrializados, la falta de ejercicio, el estrés constante, etc. perfilan un estilo de vida que termina por enfermar al cuerpo. Las estadísticas hablan por sí solas, los hospitales se encuentran a su máxima capacidad y los profesionistas de la salud se han convertido en especialistas en el arte de alargar la vida sin dolor. El objetivo es silenciar el dolor equivalente a silenciar la alarma del cuerpo que advierte de un eminente desequilibrio fisiológico.

Además, la esperanza de vida es más corta en la ciudad con respecto a una comunidad rural, además de presentarse un gran número de padecimientos “nuevos” o degenerativos como el cáncer, que distan mucho de prometer una muerte digna. Respecto a la salud emocional, se registran un alto índice de trastornos psicológicos como esquizofrenia, depresiones crónicas, alcoholismo, drogadicción, anorexia, etc., que si no exclusivos, si presentan una mayor incidencia y gravedad en las grandes ciudades.

---

<sup>19</sup> En este conteo se incluyen también a personas de otro grupo, como “Nueva Victoria” y “Guerreros de Puebla” con quienes se compartían las instalaciones de la hacienda y que trabajan con el programa de recuperación de A.A. Esta cifra corresponde del 23 de Mayo del año 2000 al 17 de septiembre de 2006.

Afirmar que el estilo de vida de las ciudades enferman al externo e interno de las personas es un camino ya recorrido por numerosos investigadores, la importancia ahora radica en la forma de proceder al enfrentar un problema que crece día a día. El cuerpo físico y emocional es reconocido y tratado por la ciencia, pero el espíritu no tiene la misma suerte al no ser captada por cualquiera de los sentidos para su estudio, pero su presencia se encuentra en la vida común al asociarla con cuestiones religiosas y/o Dios. Lo cierto es que la ciencia con tintes positivistas la excluye pero las personas cobijan su existencia. De ahí los numerosos cultos, religiones o grupos unidos por el cultivo de una mejor calidad de vida espiritual.

Entonces el panorama supone que los entrevistados presentan cierto grado de desequilibrio o enfermedad física, emocional y/o espiritual al asistir a Victoria, Salud Integral, A. C. Veamos los hechos concretos. De los 18 entrevistados, sólo 2 participantes reportaron no presentar enfermedad física recurrente (Ciprés y Sauce); del resto, se registraron con mayor incidencia los trastornos digestivos (colitis, gastritis y estreñimiento) muy relacionado con el tipo de alimentación, consumo de alcohol y el estrés constante, como ellos mismo lo citan (Jazmin, Lavanda, Dalia, Roble, Violeta, Olmo). Enseguida se presentan los problemas de hipertensión y dolores de cabeza bien alimentados por la constante presión cotidiana que dificulta la circulación sanguínea afectando al corazón.

Los problemas de garganta están en tercer lugar (Margarita, Oyamel, Camelia, Olmo, Nogal) como gripas recurrentes y asma, lo que habla, a nivel externo, de un aire impuro que produce irritación constante en el aparato respiratorio dificultando una respiración plena, igual a una oxigenación y desintoxicación deficiente de la sangre encargada de llevar la vida a cada órgano en forma de oxígeno y nutrientes.

Cabe mencionar sobre el tipo de enfermedad que presentan nuestros entrevistados según la edad. Con edades entre 23 y 36 años, los jóvenes presentan malestares agudos recurrentes mientras que las personas de 40 años en adelante (Alelí, Cedro y Dalia) presentan ya cirugías en su historial clínico producto de enfermedades crónicas (miomas, diabetes, hipertensión). Las citas sobre el proceso de su enfermedad tiene un inicio con

síntomas similares reportados por los jóvenes entrevistados (dolores de cabeza, gastritis, colitis), indicio que señala una aceptación de males “menores” que van ganando terreno en el ámbito de la cotidianidad hasta considerarse normal, hasta que el cuerpo cobra la factura por el olvido.

Aún cuando las estadísticas apuntan a la enorme cantidad de problemas relacionados con las adicciones, los datos que emergen de nuestros participantes sugieren que la inestabilidad emocional es la primer demanda de esta población. Las principales razones emocionales que presentaron los participantes fue el sentirse solos aún contando con una familia, casados o solteros, con o sin pareja (Jazmin, Lavanda, Margarita, Tule, Ninfa y Olmo). Esta soledad se nota alimentada por profundas depresiones en los casos específicos de Lavanda, Margarita, Tule y Ninfa que reportan como los dos sentimientos más notables en su vida y que generaron ideas de suicidio (Lavanda y Olmo) que llegaron a practicarse (Margarita y Ninfa). Motivados por hechos y momentos específicos en su vida, como desintegración familiar (Alamo y Roble), problemas o abandono de la pareja (Dalia), alcohol y drogas (Roble) y enfermedades crónicas (Cedro), el resto de los participantes reportan actitudes de abandono personal con el fin de terminar su sufrimiento por medio de la muerte. Es importante resaltar que todos ellos señalan que de no haber llegado a la Institución consideran que ahora estarían muertos.

Cabe señalar que el consumo de alcohol y/o drogas, raíz de muchos de los problemas que reportan 11 de los 18 entrevistados, sólo en 4 casos se identifica inicialmente como el objetivo a cambiar (Alamo, Oyamel, Roble y Olmo), esto responde al grado de consumo donde ya presentaban una adicción psicológica y física hacia la sustancia. En el resto de los casos aún no se identifica plenamente la relación directa del manejo de las emociones con el consumo de sustancias adictivas, de manera que la demanda se inclina por los malestares emocionales que presentan al momento de su llegada a la institución, que pueden englobarse en dos grandes grupos; los que reconocen que el “problema” de su sentir está en ellos o ellas (Jazmin, Lavanda, Alamo, Dalia, Oyamel, Roble, Tule, Violeta, Olmo, Sauce y Delfa) pero que no encuentran como cambiar una actitud específica que los hace sentir mal; y los que señalan a factores externos como fuente



de su situación (Lavanda, Margarita, Ninfa, Cedro, Alelí, Camelia, Ciprés y Nogal). Los más son los primeros con expresiones como “era muy intolerante”, “tenía miedo de enfrentar la vida”, “maltrataba a mi hija”, etc.

Así, las demandas de los entrevistados se centran en la mejoría de sus relaciones interpersonales, resultado de hechos trascendentes en la vida, ya fuesen pasados o muy recientes, mismos que se recuerdan nítidamente por haber o estar cambiando el curso de la vida, ya sea con la adquisición o construcción de una adicción emocional o física, el inicio de depresiones profundas y/o sentimientos profundos de soledad, ira o miedo, que encaminaban a ideas, prácticas o actitudes para morir..

Considerando los tres instintos inherentes al ser humano: sexual, material y social, el primero de ellos, el sexual, presenta gran relevancia en estos hechos trascendentales. La alta incidencia de intentos o hechos consumados de violación es contundente. De los 18 entrevistados, sólo 4 de ellos no reportan ningún testimonio al respecto. La relación de parentesco con el agresor también es otra constante, primos (Sauce, Tule), padres (Jazmin), tíos (Lavanda, Delfa y Margarita), hermanos (Alelí y Ninfa), cuidador en ausencia de los padres (Roble y Ninfa) y sacerdote (Olmo), fueron quienes llevaron a cabo la agresión. Sólo en el caso de Cedro reporta que fue un desconocido quien intentó hacerle daño y Dalia no señaló el parentesco de sus tres agresores. En la mayoría de los casos, el agresor se encuentra en la propia casa, o bien en las personas a las que se les confía el cuidado de los hijos, pues todos ellos señalan que fue entre los 4 y 16 años en que tuvieron lugar los hechos.

La experiencia de un intento o consumación de una violación sexual es muy recurrente durante la infancia, sinónimo de recuerdo penoso y difícil de superar que definió, en algunos de ellos, la vida sexual ulterior. Sin embargo, en ningún caso se relaciona directamente con la adquisición de una adicción, ideas o intentos de suicidio que se presentarían más tarde.

Las repercusiones o consecuencias de la agresión se relacionan con diferentes aspectos según el caso particular. Lavanda repitió con sus primos lo que a ella le hacían,

reconociendo durante la entrevista el daño que les pudo haber provocado, Ninfa sitúa a ese momento como el inicio de la ansiedad por conocer más acerca del sexo, Alelí relaciona el hecho de haber visto al vecino que mostraba su pene con el inicio de la ansiedad de andar con uno y otro novio, Sauce asistió al psicólogo de niño para “trabajar” con los recuerdos además de la ausencia de su padre, Roble lo relaciona claramente con la idea de desquitarse con las mujeres por haber sido una de ellas quien le generó tanto temor, Margarita, Jazmin, Olmo, Delfa, Cedro, Ciprés y Olmo no reportan una consecuencia específica en su vida, pero lo relacionan con un recuerdo muy difícil de superar y doloroso.

Los relatos vistos hablan sobre las repercusiones a corto y/o largo plazo, ya sea bien identificada la consecuencia o bien como un hecho que al recordarse revive el miedo, la angustia y/o el rencor experimentada por la agresión sexual. Queda mencionar que todos ellos señalan que fue en la escritura donde pudieron “trabajar” con el recuerdo, razón por la que fue posible comentarla durante la entrevista sin mayores reservas, pues señalan “ya no dolía como antes”, lo que habla ya de un trabajo personal.

Los recuerdos relacionados con el aspecto social, es decir, con las relaciones interpersonales, equivalen al resto de los hechos calificados como “trascendentes en su vida”. Es de especial atención la ausencia del padre en 8 casos, ya sea por muerte (Alamo y Nogal) o abandono emocional y/o económico (Sauce, Violeta, Cedro, Camelia, Ciprés, Tule). Las repercusiones por esta falta de la figura paterna se vivió diferente en cada caso, Alamo señala que sentía mucha culpa por la enfermedad y muerte por diabetes de su padre, consideraba que él lo había matado por haberlo visto drogándose, Sauce sentía un “vacío paternal” que “pesaba mucho” en su vida, Violeta, aún con lágrimas en los ojos, recuerda cuando su padre la negó frente a otra niña desconocida que lo llamaba papá, pasó carencias económicas por lo que tuvo que trabajar muy joven, mientras su papá andaba de “mujeriego”, “por eso era así con mi hija (la maltrataba), porque a mí nunca me enseñaron... (a querer)” dice al narrar los hechos, Cedro relata como su padres lo regaló cuando se madre murió. De su padrastro recibió golpizas, el sobrenombre de “bastardo” y carencias económicas que lo obligaron a trabajar desde muy chico; la convicción de no pegarle a sus hijos se basó en la idea de no repetir los mismos patrones de crianza, Camelia,

Tule y Nogal también padecieron carencias económicas por esta ausencia paterna, situación que mermó las posibilidades de seguir estudiando y de provocar burlas de los compañeros de escuela por no llevar los útiles, Ciprés salía de niño a buscar a su padre; “y se me hizo costumbre siempre andar en la calle”.

La ausencia del padre contribuye a la presencia de carencias económicas que disminuyeron o hicieron más doloroso el “salir adelante”. Sin embargo, la escolaridad que presentan los entrevistados que reportan la ausencia del padre está la licenciatura o carrera trunca (Alamo, Tule, Sauce, Ciprés, Nogal y Cedro), preparatoria (Camelia), secundaria (Violeta). En nuestra población, la ausencia paterna no representa un factor determinante para truncar los estudios. Sin embargo, a falta de dinero en el hogar, la edad de ingreso al ámbito laboral se reduce exponiendo al menor o joven a circunstancias sociales que aún no le corresponden, como el cuidado y responsabilidad directa de los hermanos. La recurrente relación de la ausencia del padre con la carencia económica y su condición va estableciendo un lazo de frustración y resentimiento, como lo señalaron la mayoría de estos casos.

Del otro lado sólo hay un caso de ausencia de la madre por muerte (Cedro). Estas cifras reflejan la tendencia a ser la mujer quien asume la responsabilidad de los hijos. De nuestras 9 entrevistadas, 4 de ellas tienen hijos (Dalia, Violeta, Ninfa y Alelí) y aunque sólo Dalia es madre soltera, Ninfa también recuerda como su esposo optó por el aborto ante un embarazo no planeado, a lo que se negaron dando a luz a sus hijos; y aún en los casos en donde el padre estaba presente (Jazmin, Lavanda, Oyamel, Roble y Delfa) se observan más referencias hacia la madre relacionados con una presencia emocional, económica y de crianza.

Las pérdidas familiares producto de muertes o accidentes, se registran también como hechos trascendentales difíciles de superar, marcando una diferencia significativa entre el antes y después. A raíz de hechos como éstos se observa el inicio o complicación de adicciones y/o depresiones profundas. Fuera de características particulares, el patrón ante hechos como estos es una actitud de abandono personal seguido del consumo inmoderado de estimulantes, líquidas o sólidas, que perturban la conciencia y la memoria.

En los casos en que hubo depresiones profundas e intentos de suicidio se observa una relación directa con los problemas intrafamiliares, principalmente con esposos, padres y/o hijos. Veamos a detalle. Roble y Alamo agravaron su adicción al morir la abuela y el padre respectivamente, con Oyamel ocurre lo mismo al tener una ruptura con su novia y Olmo con su esposa. Ellos relatan la presencia de mucho dolor y una actitud a negarse a enfrentar la situación. Resalta el hecho que tres de ellos se encontraban casados y con hijos, sinónimo de gran responsabilidad y presión por asumir el papel de proveedor y sostén de la familia, según la herencia cultural. Se entiende entonces la presencia de gastritis y/o dolor de estómago en los tres casos antes de iniciar su recuperación ayudada también por el exceso en el consumo de alcohol principalmente.

En la misma línea de duelos y consecuencias encontramos a Jazmín quien inicia su adicción al alcohol a los 16 años al irse su hermana de la casa y sentirse sola. “quería encontrar algo que realmente me hiciera olvidar que mi hermana se había embarazado”, consumo que se agravó con la muerte de su hermano y abuelo.

Los problemas intrafamiliares también provocan estragos emocionales, para Ninfa una pelea con su esposos fue el detonante para intentar matarse tomando pastillas, Alelí, al enterarse del engaño de su esposo, se “desquita” actuando igual e incluso albergando ideas de matarlo. En todos los casos descritos, este fue el inicio de aceptar que “estaban mal” y que necesitaban ayuda, marcando la pauta para aceptar la invitación de la persona que le ofrecía una solución a través de asistir al Victoria, Salud Integral, A. C.

Los datos apuntan que siempre existe un desequilibrio emocional previo a la adquisición o gravidez de una adicción. En ningún caso se sugiere que se haya llegado a altos consumos sólo por “curiosidad”, lo que nos advierte sobre la importancia de mantener una estabilidad y madurez emocional como principal defensa ante sustancias o actitudes que pueden dañar a la propia persona y su entorno familiar. Abordando el tema sobre la efectividad del tratamiento en adicciones que ofrece Victoria, Salud Integral, a: C:, los datos apuntan a una respuesta afirmativa con los siguientes tintes cualitativos a desglosar.

En todos los casos, quien dio la información o el “mensaje” sobre la institución fueron personas que ya habían llevado a cabo su trabajo de escritura, punto a favor que sugiere que estos miembros también encontraron beneficios en el trabajo que ahora recomiendan. Entre los “mensajeros” más registrados están fueron familiares, como primos (Lavanda y Olmo), esposo(a) (Roble, Delfa, Alelí), cuñado (Violeta), hermanos (Ninfa y Ciprés) lo que dio la confianza para terminar el trabajo, pues sabían que sus familiares no los llevarían a un lugar donde les hicieran daño. Otros “mensajeros” fueron amigos y/o compañeros de trabajo (Jazmin, Alamo, Margarita, Dalia, Oyamel y Nogal) en quienes se depositaba aprecio y confianza; y, por último, profesionales de la salud, como psicólogos y acupunturistas (Sauce, Tule y Cedro), en estos caos fue donde se observó mayor duda para asistir en contraste con los casos en que los familiares son los que hacen la conexión. El factor primordial es la confianza y seguridad que da el conocer al mensajero y, sobre todo, el que hayan experimentado previamente el trabajo que estaban recomendando, situación que en el menor de los casos ocurre con los profesionistas de la salud quienes implementan técnicas que pocas veces han experimentado en su persona.

Todos los participantes entrevistados tienen un mínimo de 8 meses y un máximo de 5 años 6 meses de haber iniciado su proceso de recuperación. De ellos, 10 de los entrevistados sigue asistiendo con regularidad al grupo y/o hacienda (Jazmin, Alamo, Dalia, Roble, Ninfa, Cedro, Camelia, Ciprés, Olmo y Nogal). Los que se han alejado han sido por diferentes motivos, como problemas familiares (Lavanda, Margarita, Tule y Ninfa), lejanía de sus hogares (Oyamel, Alelí), falta de dinero o de tiempo (Oyamel y Violeta), flojera o desidia (Violeta y Delfa) o bien, porque consideraron que no era su camino (Sauce). Los roces entre compañeros del grupo figuraron entre los motivos para alejarse, sin embargo, aquellos que lo consideraron siguieron asistiendo y quienes si lo hicieron no señalaron a esta razón como determinante. En ningún caso se reporta arrepentimiento del tratamiento iniciado. Al tiempo, todos sin excepción ven en “Victoria” una opción para trabajar por uno mismo y que recomiendan a familiares y amigos.

El elemento de ayuda más identificado por los entrevistados es el apadrinamiento, es decir, la posibilidad de que exista alguien de confianza para confiarle o platicarle sobre

los problemas o alegrías y recibir un consejo en caso de que así se requiera (Jazmin, Lavanda, Alamo, Roble, Violeta, Delfa, Alelí, Camelia, Ciprés y Olmo), el reconocimiento del beneficio que acarrea ayudar a otros es otra constante, Jazmín, Alamo, Oyamel, Ninfa, Tule y Cedro pues el mantenerse ocupados disminuye el tiempo en que se puede pensar en reincidir en una adicción o en actitudes que les generará una “cruda moral” que no los dejará sentirse tranquilos, además, otro beneficio es la sensación de sentirse útiles ayudando a otras personas a ser mejores. Siendo la soledad el sentimiento predominante en la población entrevistada, se entiende que sean los apadrinamientos el elemento de ayuda más buscado y del que se reportan más beneficios. Podemos afirmar: las personas necesitan ser escuchadas sin ser juzgadas, característica principal durante la plática que se entabla.

Para Nogal, la oración es otro elemento de ayuda, así como para Margarita y Oyamel lo es el servicio de las Terapias Alternativas como la acupuntura. La literatura: libros y folletos de A.A. sobre diversos temas, ha sido importante para Roble y Violeta, a la que recurren constantemente.

Respecto a las deficiencias que observan, Oyamel y Delfa apuntan que hace falta más información sobre como iniciar el trabajo personal una vez que se regresa de la Hacienda, Ciprés no se siente integrado al grupo, menciona que percibe una limitación en la forma como expresa su alegría, de manera que no encaja, Tule dice no haber encontrado la respuesta que buscaba sobre su vida sexual.

Es importante considerar el reconocimiento de que el grupo “sirve para el que quiere cambiar” por parte de los entrevistados. Quienes aluden a esta postura son también quienes asisten con mayor regularidad al grupo y a la hacienda (Dalia, Jazmin, Ninfa, Cedro, Alelí, Camelia y Olmo), actitud que coincide con su discurso donde se observan frases que constantemente remiten a la necesidad de llevar a cabo un trabajo constante para ser mejores personas día con día. Sin embargo, esta característica no es privativa de éstos, este sentido también se presenta en los que se han mantenido alejados del grupo y de su propio trabajo personal como ellos mismos lo reconocen, estableciendo una relación directa de este olvido con las recaídas emocionales o adictivas que han presentado.

Un indicador más sobre la efectividad o no del programa es el tema de las recaídas en adicciones o trastornos emocionales. Los datos sugieren que no es garantía el seguir asistiendo al grupo para no recaer, pues se observa el mismo número de estos casos en el grupo de los que asisten y de los que no, pero con una diferencia sustancial. En el primer grupo, la recaída se había superado mientras que en el segundo sus relatos hablaban en tiempo presente, con la seguridad de que debían hacer algo al respecto antes de que fueran más grandes las consecuencias negativas.

En el primero grupo, 6 de los 10 casos presentan recaídas, ya sea en el consumo de alcohol y/o drogas (Jazmin y Olmo), o de actitudes dañándose a ellos mismos y a las personas queridas. En este tenor, Roble dice que si bien ya no ha tomado, si considera que a dañado a su esposa por la manera de tratarla siendo una constante su intolerancia, caso similar al de Ninfa quien ha vuelto a tener etapas críticas de enojo donde “explota” y ofende a su familia nuclear, hijos y esposo, Ciprés por su parte, admite haber recaído en el placer sexual que acarreó problemas con su pareja y Nogal ha vuelto a tomar, pero “no como antes” por lo que no lo considera como una recaída como tal, aunque sí lo son las actitudes ante los empleados que tiene a su cargo. La característica que cruza a todos ellos es la identificación de donde “fallaron”, de manera que asumen la responsabilidad de los hechos sin hacer culpables a otros. En los casos particulares de Olmo y Ciprés pensaron seriamente dejar de asistir al grupo por haber “recaído”, sin embargo siguieron asistiendo y a la fecha de la entrevista, sólo Nogal sigue consumiendo alcohol, el resto señalan a la recaída como un hecho pasado.

En el segundo grupo, aquellos que no asisten regularmente, Lavanda recuerda haber presentado los mismos síntomas y pensamientos y acciones bulímicas cuando su pareja la dejó, esto en el período en el que asistía con regularidad, Margarita, Violeta y Delfa reportan el regreso de depresiones profundas y una falta de control de la ira, con la misma o mayor intensidad, dos de ellas han vuelto a maltratar a sus hijas, mientras que Oyamel ha vuelto a consumir alcohol, pero “no como antes”, señala, lo que no considera que provoque algún malestar en su vida, en lo que coinciden con Sauce y Delfa. Al momento de la

entrevista, sólo Lavanda habla de su recaída en tiempo pasado, los demás argumentan que necesitan hacer algo al respecto antes de que se salga de su control la situación.

Los entrevistados no citados en estos dos grupos, Alamo, Dalia, Roble, Cedro y Camelia, corresponden a aquellos miembros que no han vuelto a consumir bebidas alcohólicas y/o drogas, o bien, que sus emociones han sido controladas paulatinamente de manera que no consideran que generen problemas que lastimen a sus seres querido o a ellos mismos. La característica que los une es su asistencia con regularidad al grupo y/o Hacienda.

La principal diferencia que se observa en uno y otro grupo no es el número de miembros que consideran que han recaído, sino la condición de éstos al momento de la entrevista. Al parecer, las recaídas es una constante en las personas que intentan cambiar de vida, observando mayores posibilidades de éxito si se encuentra entre personas con el mismo objetivo, de manera que pueden ayudarse ya sea dentro o fuera de Victoria Salud Integral, A.C., como Sauce quien dice haber continuado con su trabajo personal en el terreno de la mexicanidad.

Un hecho que comparten ambos grupos, es el reconocimiento de un antes y un después en su vida al haber hecho su inventario. Todos mencionan cambios positivos a corto y largo plazo, a excepción de Margarita que considera que el lazo de dependencia emocional con el grupo ha sido el cambio negativo entre los positivos que no le agradan.

Los datos sobre los cambios señalados pueden agruparse en dos áreas, el primero con respecto al estado de salud de la persona y, el segundo, a la salud emocional, esta última reflejada en la calidad de las relaciones interpersonales. En la primera área, a excepción de Sauce y Ciprés que no reportaron ninguna enfermedad recurrente a su llegada al grupo, los participantes entrevistados notaron una mejoría considerable en su estado de salud. En algunos casos disminuyó la molestia (Margarita, Tule, Cedro, Alelí, Olmo y Nogal), y en otros desapareció totalmente (Jazmin, Lavanda, Alamo, Oyamel, Violeta, Ninfa y Camelia). En su mayoría, estos relacionan a las emociones con el estado de salud



que presentan, de manera que entienden el porqué de su mejoría después de la escritura. Entonces el concepto de enfermedad y la manera de abordarla también cambió. Su discurso versa sobre la necesidad de obtener un equilibrio emocional para disminuir o erradicar la enfermedad o malestar que se presente.

Otra medida para restablecer la salud es el uso de las terapias alternativas que se imparte en el grupo. A diferencia de Nogal quien no considera esta opción para su trabajo personal, para el resto es una opción que han tomado, como Acupuntura y/o cursos de Bioenergética y Masaje (Lavanda, Margarita, Dalia, Tule, Ninfa, Cedro, Alelí, Camelia, Ciprés y Olmo). Pero que algunos lo han dejado a falta de tiempo o dinero, ya que la consulta tiene un costo de recuperación. De ellos, Lavanda, Tule y Cedro ya habían hecho uso de esta medicina alternativa antes de llegar a Victoria, mientras que para el resto representó un cambio en la forma de ver y abordar los malestares físicos. Para Alamo y Roble está pendiente esta opción de trabajo, la que nunca han experimentado por lejanía de sus hogares y falta de tiempo.

Como dato importante, es el reporte sobre la disminución en todos los casos del consumo de medicamentos alópatas; lo que cambia el pronóstico sobre la posible construcción de enfermedades crónico degenerativas, pues debido a la mejoría que presentan, los entrevistados optan por la medicina que no daña al cuerpo.

Abordando ahora el área de los cambios a nivel emocional y, por tanto, de la calidad de las relaciones interpersonales, tenemos que Jazmin, Alamo, Dalia, Ninfa y Camelia indican haber recuperado a su familia al mejorar la relación entre ellos a consecuencia de haber iniciado un cambio personal. Es importante notar que todos estos miembros son los que tienen un lapso mayor de tiempo como miembros activos de la institución, así como los de mayor edad. La mejoría radica en el establecimiento de comunicación entre la pareja, padres, hermanos hijos e incluso cuñados. Ninguno de ellos consume alcohol o drogas a la fecha de la entrevista, e incluso Dalia dejó el cigarrillo. Estos participantes enfatizan el cambio familiar por encima de los logros personales, como Alamo quien al llegar al grupo

sólo contaba con la secundaria y a la fecha se encuentra en la lista de los estudiantes de a nivel licenciatura de la UNAM.

En contraparte, los jóvenes realzan los cambios a nivel personal más que los familiares, como el ya no juzgar a las personas (Lavanda), e sentirse útil y conocerse (Margarita), no consumir alcohol de la misma forma (Oyamel), expresar más lo que siente (Roble y Lavanda), volverse más sociable (Tule), ya no pegarle a su hija (Violeta) y controlar su ira (Ciprés y Oyamel). Por su parte, el caso de Delfa es el único donde se reporta sentirse peor que a su llegada al grupo, pero también con argumentos que la señalan a sí misma como la responsable de tal estado emocional al no “trabajar” con su ira, como ella misma lo apunta.

Sin embargo, la característica que los une es que todos éstos cambios supone un esfuerzo personal por controlar las propias emociones, esfuerzo que mañana se traducirá en mejores relaciones interpersonales a nivel familiar.

¿Representa entonces Victoria, Salud Integral, A. C. una alternativa efectiva al tratamiento de adicciones?. Las conclusiones presentadas señalan que sí, aunque el trato exclusivo de adicciones no sea el objetivo del tratamiento que ofrece la institución. Su atención se enfoca a tratar con el origen de la adicción proporcionando los elementos y espacio de trabajo necesarios para el cultivo de un equilibrio emocional, abierto a todo aquel que desee mejorar su vida emocional, lo que repercutirá en todos los sectores de la vida. El avance en el tratamiento corresponde al paciente, de manera que de él depende la recuperación o no, para lo que es indispensable la convicción de la persona para cambiar. De ahí que muchos de nuestros entrevistados afirmen que “sirve para el que quiere cambiar”.

Por todo lo anterior, es posible afirmar que Victoria, Salud Integral A.C. representa una opción del tratamiento de adicciones trabajando a un nivel preventivo, donde se observan el mayor número de casos favorables y a nivel de rehabilitación donde aumenta el número de deserciones.



## CONCLUSIONES.

Adentrarse en el tema de las adicciones para escudriñar sus antecedentes, causas y situación actual cobran un nuevo sentido cuando se coteja la teoría con los casos vivos. Estos reflejan con su lenguaje sonoro y físico los estragos padecidos a raíz de una adicción en su mente y cuerpo en cuanto que se encuentran entrelazados. Escucharlo no es fácil y sólo queda aprender de la experiencia contada por nuestros entrevistados en tributo a la decisión de abrir viejas y dolorosas heridas al relatar los hechos que pudieron costarle la vida a más de uno.

Este mal social de las adicciones que se repite día a día, sigue una misma estructura en su desarrollo con la única variante del escenario social, cultural y económico. Desde la casa con grandes lujos, hasta la que se sostiene con un salario mínimo se observan puertas emocionales en sus inquilinos que se abren al consumo de sustancias psicoactivas líquidas o sólidas cuando no se sabe mantener un control sobre ellas. ¿Cómo detener este proceso?

La revisión del primer capítulo deja ver a las adicciones como problema social desde los tiempos de la conquista. Muchos años en contraste con los pocos avances científicos que generen verdaderas opciones de tratamiento. En contra de lo deseado, los casos aumentan y las herramientas de los profesionales de la salud son insuficientes. De ahí la necesidad de la población por voltear hacia nuevas formas de tratamiento que brinden una solución palpable aunque ello implique dar credibilidad a prácticas poco convencionales, algunas efectivas.

¿Dónde se encuentra el endeble eslabón de las prácticas científicas actuales que merma su efectividad?. La respuesta bien puede encontrarse en los apartados del Capítulo I que abordan la problemática actual para el caso del alcoholismo, el consumo de sustancias psicoactivas y los trastornos alimenticios.

La visión teórica con que se aproxima al conflicto de la adicciones excluye la individualidad de la persona y su cuerpo. El contenido versa en la definición de patrones de

conducta muy específicos para su posterior clasificación y tratamiento. En ninguno de los dos sistemas internacionales de diagnóstico, el CIE-10 de la Organización Mundial de la Salud y el DSM-IV de la American Psychiatric Association, se consideran los factores geográficos, históricos, culturales y/o condiciones climáticas como coadyuvantes en la construcción del proceso salud-enfermedad; además la propuesta gira entorno a una generalización que permite el uso de un modelo estándar que se convierte en la verdad a ajustarse cuarteando el planteamiento de nuevas hipótesis y tratamientos.

En cuanto a los tratamientos, éstos se guían por la visión de causalidad uno a uno. Aunque en todo momento la teoría lo considera un problema social multicausal, el punto de vista biológico genético, psicosocial o cognitivo-conductual con el que se aproxima al dilema, solo realza el factor que considere determinante para su cura dejando a las otras áreas rezagadas aunque no olvidadas. Esta es la característica de los programas multidisciplinarios donde diferentes visiones se conjugan en un mismo tratamiento dando lugar a la especialización tratada por diferentes áreas. Sin embargo, la misma práctica y la forma como se encuentra dividido el servicio aluden a una visión fragmentada con la que se atiende al paciente.

En la revisión se observa que se concibe a una adicción como sinónimo de enfermedad. Un paso a favor, pues se concibe que existe la oportunidad de restablecerse; pero en el cómo llevarlo a cabo radica mucho de la perennidad de la cura. Acostumbrados a depositar la propia responsabilidad del cuerpo en una pastilla que alivie los dolores rápidamente se va generando una actitud sobre como responder a los propios desequilibrios físicos y emocionales, postura que permea los tratamientos contra adicciones. El objetivo se centra en detener el consumo producto de la dependencia en la idea de que esto mejorará la calidad de vida y detendrá el proceso degenerativo físico latente. Sin embargo, abstinencia no es sinónimo de salud, de ahí la reincidencia como un gran reto a enfrentar. Una adicción exige más que un proceso de desintoxicación o reecodificación cognitiva, exige un cambio profundo y radical en el estilo de vida, propósito del que carecen los métodos científicos actuales pues carecen de una visión que integre cada uno de los aspectos de la vida de la persona y, en parte por las condiciones económicas y políticas que imperan en nuestro país.

Aspirar que la solución a las adicciones provenga del Estado y su política resulta una espera sin término. Es clara la relación de consumo entre droga legal e ilegal, como una que conlleva a la otra, entonces ¿a qué se debe que continúen en el mercado? El interés se deposita en la reutilidad económica y, más aún, como medio de control social de exigencias sociales en pro de una mejor calidad de vida. Una juventud adicta se convierte en dependiente y consumista dispuesta a acatar lo que se le solicite para obtener la sustancia deseada; y bajo esta lógica, tal vez el protagonista a la cabeza sean las propias estructuras de gobierno en pro de intereses capitalistas.

Esta inquietud es la que impulsa el trabajo diario en Victoria Salud Integral, A. C. La propuesta descansa en la intención de comulgar dos propuestas de tratamiento: el programa de doce pasos de Alcohólicos Anónimos y la visión que retoma al cuerpo como centro de trabajo personal del Dr. Sergio López Ramos. Aún cuando su organización y trabajo sigue los lineamientos propuestos por los grupos de Alcohólicos Anónimos tradicionales y de 4° y 5° paso, el amalgamamiento de estas dos posturas marca una diferencia sustancial y de ahí su aportación al problema social de las adicciones.

El segundo capítulo es elocuente sobre los principios de Alcohólicos Anónimos que apuntan a señalarlo como un profundo tratado psicológico que describe la naturaleza humana, sus flaquezas, defectos y virtudes, todos se abordan para explicar cómo se construye una enfermedad emocional fuente de la fabricación de adicciones. Señala que el problema radica en el deseo incontrolado de satisfacer instintos que descoyuntados da lugar a los defectos de carácter que coinciden con los pecados capitales estipulados por la Iglesia Católica: pereza, soberbia, avaricia, ira, lujuria, gula y envidia. El cuerpo es el receptor de tales sensaciones, pero A.A. no lo concibe como el medio sobre el cual trabajar para superar la enfermedad, el trabajo con la meditación y oración se centra en la mente.

Victoria Salud Integral A.C. reconoce este principio y la integra al principio del trabajo corporal propuesto por el Dr. Sergio López y señalado también en el segundo capítulo. Entonces el cuerpo se convierte en el medio para dejar una adicción y construir una mejor calidad de vida mediante el cambio de la información registrada en el cuerpo

durante toda la vida del paciente. De ahí que Victoria proponga terapias corporales como bioenergética, acupuntura, masaje, auriculoterapia e incluso cambios en el régimen alimenticio, todo enfocado a cambiar la memoria corporal.

Fuera de detalles de procedimiento, ese es el aporte de Victoria Salud Integral A. C. y para conocer su efectividad nos remitimos a la fuente viva, 18 miembros de la institución. Aún cuando Victoria, Salud Integral, A. C. trabaja a nivel de prevención de adicciones, la principal demanda se circunscribe en los malestares emocionales. Los casos avanzados de dependencia al alcohol, drogas o comida son pocos en contraste con aquellos donde no se ha declarado una dependencia psicológica y física, caracterizado por la presencia del síndrome de abstinencia descrito en el Capítulo I.

Complementando el perfil, el miembro regular tiene una escolaridad de preparatoria a licenciatura, que le permite desempeñar un trabajo estable que genera los medios económicos para continuar asistiendo. El factor económico es importante aún cuando los servicios no se condicionan a un pago riguroso. Aquel que no cubre la cuota de recuperación mantiene la opción de iniciar, continuar o retomar su tratamiento.

A la luz de los datos, los momentos críticos relacionados con pérdidas familiares por muerte o separación o problemas intrafamiliares son la entrada al mundo de la adicción física o emocional. Las repercusiones dañan el cuerpo y la mente del involucrado y su entorno. La ausencia del padre y/o una transgresión sexual en la infancia con dos constantes. Sus efectos se observan a corto y largo plazo mermando poco a poco las relaciones con la familia, donde frecuentemente se encuentra el agresor. El secreto de los acontecimientos, el secreto familiar bien puede contribuir al alejamiento de sus integrantes y a la construcción de la soledad que reportan.

El tema de la efectividad del tratamiento se percibe en los indicios constantes sobre la recomendación del grupo por parte de familiares y amigos cercanos, apoyados por los datos cualitativos que reportan una mejoría en el estado emocional reflejado en una estabilidad en la salud física y relaciones interpersonales sanas. Cabe decirlo, en estas

condiciones el elemento adictivo pasa a segundo término abriendo las puertas a una felicidad producto del trabajo personal.

Pero esta condición es resultado de un proceso donde suelen presentarse reincidencias. Las evidencias hablan de una constatación: la rehabilitación supone caídas, avances y retrocesos. Asistir al grupo diariamente no asegura una completa sobriedad, más la diferencia emocional y física para levantarse y continuar de quien asiste regularmente, es más sólida. Los problemas se enfrentan en menor tiempo “dejándolos ir” impidiendo su materialización como una enfermedad en el cuerpo. El reconocimiento de la relación emoción - cuerpo y la influencia bidireccional es contundente. Todos los entrevistados reportaron una mejoría en su salud. Una salud emocional es sinónimo de salud física y viceversa.

Los trabajos de investigación inician y continúan persiguiendo el dato que conteste la pregunta en estudio y el camino es bondadoso pues se encuentra más de lo que se busca, abriendo nuevos espacios temáticos para su investigación. Por lo pronto, la investigación permitió darle voz a la población que pocas veces se escucha: el paciente. Su percepción evoca una verdad para un tiempo y espacio geográfico determinado, que muestra las diversas formas en que se viven situaciones comunes. Los escenarios son infinitos, mas en los hechos los nombres relacionados con la infelicidad de la población son muy constantes, como las adicciones.

Sin pretensiones de generalización, nos parece que el grupo seleccionado de 18 miembros de la institución entrevistados es una muestra que puede dar indicios de la condición del habitante de la ciudad de México que evidentemente se inclina por un desequilibrio en todas las esferas que lo integran. Nos atrevemos a señalar que el uso de estimulantes como fuga emocional es equiparable a la construcción de una enfermedad crónica emocional, donde se inicia una autodestrucción difícil de detener. Situaciones llevadas, a la falta de dirección en el momento y tiempo justos.



Percibimos al grupo “Victoria” como tutor que hace la labor de ese guía, quien advierte, apoya, reconforta, impulsa, etc, en los momentos de decisiones tan importantes como acercar a los labios un cigarro de marihuana. Un lugar donde las personas viven sin estar conscientes del destino o el cómo, el grupo representa un espacio de confort para sus miembros, tal vez como un cobijo donde se recuperan las fuerzas para enfrentar y aprender de la escuela de la vida.

Cualquier profesionista de la salud que labore en esta institución, encontrará una gran escuela donde se tiene una relación directa con el dolor y muchos casos desgarradores que despiertan el asombro y la inquietud por construir o formar parte de alternativas de tratamiento como la propuesta por Victoria.

En definitiva, el abordaje del fenómeno de las adicciones debe tender hacia la visión integral del paciente, al reconocimiento de la interacción de todas las esferas que lo componen, al trabajo corporal y sobre todo, a regresar la responsabilidad de la vida en las manos del paciente.

## **BIBLIOGRAFÍA.**

Aizpiri, D.; Marcos, F. (1996). *Actualización del tratamiento del alcoholismo*. Barcelona, España. Edit. Masson.

Alcoholics Anonymous World Services. ([1939] 2006). *Alcohólicos Anónimos*. México.

Alcoholics Anonymous World Services.(1984). *La Historia de Bill Wilson y de cómo llegó al mundo el mensaje de A.A.* México. Edit. Central Mexicana de Servicios Generales de A.A., A.C.

Alcoholics Anonymous World Services. ([1952] 2001). *Los doce pasos*. México. Edit. Central Mexicana de Servicios Generales de A.A., A.C.

Alcoholics Anonymous World Services. ([1953] 2001). *Las doce tradiciones*. México. Edit. Central Mexicana de Servicios Generales de A.A., A.C.

Alvarez-Gayou, J. (2005). *Cómo hacer investigación cualitativa. Fundamentos y metodología*. México, Paidós Ecuador.

Arenson, G. (1991). *Una sustancia llamada comida. Cómo superar la adicción a comer*. España. Edit. Mc Graw-Hill.

Ayala, V.; Echeverría, S. (2001). *Tratamiento de Conductas Adictivas*. México, UNAM. Facultad de Psicología. CONACYT. Proyecto No. 3283-H9308.

Caparrós, N.; Sanfeliú, I. (1997). *La anorexia. Una locura del cuerpo*. España. Edit. Biblioteca Nueva.

Cohen, M. (1995). *Tostadas y mermelada para el desayuno. Hacer las paces con la alimentación emocional*. Madrid, España. Edit. Pirámide.

Corcuera de Mancera, S. (1991). *El fraile, el indio y el pulque*. México. Edit. FCE.

Chinchilla, M. (1995). *Guía teórico-práctica de los trastornos de conducta alimentaria: anorexia nerviosa y bulimia nerviosa*. España. Edit. Masson.

Fernández, A.; Tuñón, G. (1998). *Trastornos de la alimentación. Guía básica de tratamiento en anorexia y bulimia*. España. Edit. Masson.

Fujiwara, E. (1998). *El zen y su desarrollo en México*. México. Edit. Plaza y Valdés.

Fundación de Investigaciones Sociales A. C. (2007) *Causas de moratlidad en México en el año 2000 y 2001*. Disponible en <http://www.alcoholinformate.org.mx>

Galindo, C. (1988). *Técnicas de investigación en sociedad, cultura y comunicación*. México. Edit. Pearson Educación.

García, F.; Ibáñez, A. (1989). *El análisis de la realidad social. Métodos y técnicas de investigación*. España, Madrid. Edit. Alianza.

Goldstein, A. (1994). *Adicción*. España. Edit. Ediciones en Neurociencias.

INEGI (2005) Estadísticas a propósito del día internacional de la juventud. Datos nacionales. Disponible en <http://www.inegi.gob.mx>.

Kalina, E. (1987). *Droga: máscara del miedo*. España. Edit. Fundamentos.

Lorenzo, P.; Ladero, J.; Leza, J. Lizasoain, I. (2003). *Drogodependencias. Farmacología. Patología. Psicología. Legislación*. Madrid, España. Edit. Panamericana.

López, R. (2002). *Lo corporal y lo psicosomático. Reflexiones y aproximaciones II*. México. Edit. Zendová.

López, R. (2000). *Prensa, cuerpo y salud en el siglo XIX mexicano (1840-1900)*. México. Edit. CEAPAC.

López, R. (2006). *Órganos, emociones y vida cotidiana*. México. Edit. Los Reyes.

Martí, : Murcia, G. (1988). *Conceptos fundamentales de drogodependencias*. Barcelona, España. Edit. Herder.

Martínez, R.; Rubio, V. (2002). *Manual de drogodependencias para enfermería*. Madrid – España. Edit. Díaz de Santos.

Mc Crady, B.; Rodríguez, V. (1998). *Los problemas de la bebida: un sistema de tratamiento paso a paso. Manual del terapeuta. Manual de autoayuda*. España. Edit. Psicología Pirámide.

Meana, J; Pantoja, L. (2000). *Nuevas interpretaciones y nuevos abordajes del alcoholismo. Avances en farmacología de drogodependencias*. España, Edit. Artes Gráficas Rontegui.

Molina, P.; Berruecos, V. (1985). *El alcoholismo en México II. Aspectos sociales, culturales y económicos*. México. Fundación de Investigaciones Sociales, A.C. Edit. Impresiones Modernas.

Nardone, G.; Verbitz, T.; Milanese, R.(2002). *Las prisiones de la comida*. España. Edit. Herder.

Pellegrini, J. (1990). *Alcohol, alcoholismo, alcohólicos. Sistema de atención integral de alcohólicos a través de Grupos Institucionales de Alcoholismo*. Buenos Aires, Argentina. Edit. Cinco.

Poder Ejecutivo Federal. (1992). *El control de drogas en México. Programa Nacional 1989-1994. Evaluación y seguimiento*. México. Edit. Impreti.

Raich, R. (1998). *Anorexia y bulimia: trastornos alimentarios*. Madrid, España. Edit. Pirámide.

Reid, D. (1994). *Los tres tesoros de la salud*. España. Edit. Urano.

Ricard, M (2005) *En defensa de la felicidad*. España. Edit. Urano.

Rojas, S. (1996). *Guía para realizar investigaciones sociales*. México. Edit. Plaza y Valdés.

Saldaña, G. (1994). *Trastornos del comportamiento alimentario*. España. Edit. Fundación Universidad Empresa.

Szasz I.; Lerner, S. (1999). *Para comprender la subjetividad*. México. Edit. El Colegio de México.

Sin autor. (2006). *El pequeño Libro Rojo*. México. Edit. Oficina Central de Servicios de Grupos 24 horas de Alcohólicos Anónimos y Terapia Intensiva

Souza, M. (1988). *Alcoholismo. Conceptos básicos*. México. Edit. Manual Moderno.

Tapia, R. (2001). *Las adicciones. Dimensión, impacto y perspectivas*. Edit. Manual Moderno. México.

Vandereycken, W.; Castro, J.; Vandelinden, J.; (1991). *Anorexia y bulimia. La familia en su génesis y tratamiento*. Barcelona, España. Edit. Martínez Roca.

Velasco, F. (1999). *Las adicciones. Manual para maestros y padres*. México. Edit. Trillas.

Viesca, C. (1977). *Los psicotrópicos y la medicina de los gobernantes entre los aztecas*. México. Edit. IMEPLAM.

Wallace, J. (1990). *El alcoholismo como enfermedad*. México. Edit. Trillas.

**ANEXOS**

**ANEXO 1**  
*ORGANIGRAMA*



## Anexo 1. Organigrama

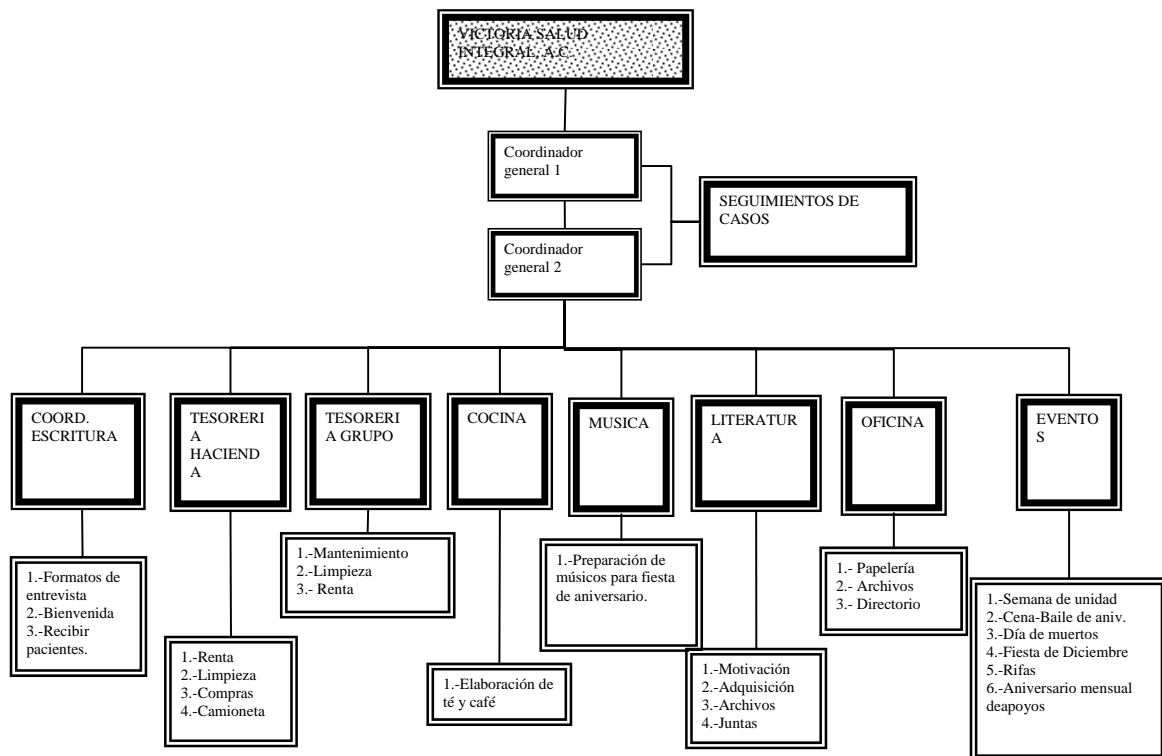


Gráfico 1.- Muestra la organización de Victoria SaludIntegral, A.C. Las actividades indicadas para cada una de las ocho áreas está coordinada por un *servidor* que a su vez integra la mesa de servicio.

## **ANEXO 2**

### *TABLA 1. MATRIZ DE DATOS GENERALES*

**ANEXO 2.**  
MATRIZ GENERAL DE DATOS

Num.	DATOS GENERALES								CATEGORÍAS												
	Seudónimo	Sexo	Edad	Estado civil	Escolaridad	Ocupación	Religión	Hace cuanto escribió	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
								Quien pasó el mensaje	Motivo por el que decide venir	Hechos trascendentes en su vida	Estado de salud antes y después de la escritura	Uso de terapias alternativas	Reconoce un Poder Superior en su vida	Recaídas durante la recuperación	Cambios en su vida después de la experiencia	El grupo como opción de trabajo personal.	Reconoce influencia de emociones en el cuerpo	Reconoce una adicción en su vida.	Se ha alejado del grupo.	Recomienda el trabajo	
1	Jazmin	Mujer	27	Soltera	Preparatoria	Comerciante	Católica	5 años 6 meses	Mejor amiga	Soledad, quería sentirse querida, sentía un vacío en su vida.	Violación por el padre, muerte de abuelo y hermano, alejamiento emocional de papá.	Tenía gastritis, disminuyó el dolor y bajó de peso.	Acupuntura antes de escritura.	Si	Al año tomó alcohol y droga.	Mejoró relación con la familia, no consume alcohol ni droga y mejoró alimentación.	Terapia ocupacional, que la escuchen.	Sí	Alcoholismo y drogadicción	No	Sí
2	Lavanda	Mujer	26	Soltera	Posgrado	Comunicóloga	Católica	5 años	Primos	Depresión, infidelidad de pareja, soledad	Intentos de violación de tío, soledad, mamá prefirió siempre a su primo.	Dolor de pecho, espalda y gastritis. Disminuyeron	Sí, antes y después de escritura	Si	Trastorno alimenticio después de ruptura pareja.	Ya no juzga y pide disculpas, expresa lo que siente.		Sí	Alcoholismo y a los apegos.	Sí, últimamente.	Sí
3	Alamo	Hombre	31	Casado	Estudiante Admon. de empresas	Chofer	Católica	4 años 8 meses	Compañero de un grupo de A.A. tradicional	Desintegración familiar, alcoholismo.	Relaciones homosexuales, enfermedad y muerte de papá, retraso mental de su hija.	Bajo de peso después de escribir.	No ha usado	Si	No	Recuperó familia, no consume alcohol ni droga, mejoró actitudes.	Apadrinamiento, literatura, disciplina, trabajo con los otros.		Alcoholismo y drogadicción	No	Sí
4	Margarita	Mujer	29	Soltera	Mestría	Ing. Civil	No especificó	4 años 1 mes	Compañera de trabajo	Depresiones profundas, resentimientos, intentos de suicidio.	Miedo a su mamá y violación.	Gripas constantes, infecciones en las anginas, dolores menstruales que aún siguen pero menos intensos.	Bioenergética y acupuntura.	Con la escritura mejoró su relación con Dios	Depresiones, pero no como antes.	Se siente útil, conocerse, dependencia emocional al grupo.	Acupuntura	Sí	Al dolor y depresión.	Si	Sí
5	Dalia	Mujer	49	Soltera	Secundaria	Comerciante	Católica	4 años	Amiga	Porque la invitaron, no sabía a que venía.	Violaciones, carencias materiales, daño a sus hijos, maltrato de sus parejas, intento de suicidio.	Gastritis, se hinchan los pies, menopausia.	Deja el tratamiento a la mitad.	Con la escritura mejoró su relación con Dios	No	Mejoró relación con hijas, no alcohol, dejó cigarro, cuida más el dinero, enfrenta miedos.	Sirve para el que quiere cambiar.	Sí	Alcoholismo	No	Sí, a todo el que quiera cambiar.

6	Oyamel	Hombre	27	Casado	Licenciatura	Tesista Psicología	Católica	3 años 10 meses	Compañeros y maestros de la carrera.	Para encontrar respuestas y cambiar, alcoholismo, miedo a enfrentar la vida.	Ruptura de pareja, ser el único hombre de sus hermanos.	Antes, dolores de cabeza, no podía ver la luz brillante, gripas constantes, después, disminuyó todo síntoma.	Fuera de Victoria, Sald Integral, A. C.	Le agradece haber llegado al grupo.	Toma pero no como antes	Ya no toma de la misma forma, no se enoja tanto.	Alguien que te escuche.	Sí	Alcoholismo y sexo.	Sí, por economía y distancia.	Sí, a familiares
7	Sauce	Hombre	29	Soltero	Licenciatura	Restaurantero		3 años 9 meses	Profesor de la univ.	Ruptura de pareja, conocer a la gente, trabajar con la humildad y la espiritualidad.	Violación por un primo, ausencia de padre.	Sin mayores cambios porque ya estaba trabajando con sus emociones.	No ha usado	Si		La escritura fue escalón para seguir trabajando.	No es su camino.	Sí	No	No era su camino.	Sí, a familiares y a
8	Roble	Hombre	30	Casado	Preparatoria	Costurero	Católica	3 años 6 meses	Papá, mamá y esposa	Alcoholismo	Muerte de abuela, violación, accidente de hermano.	Dolor de estómago, gastritis	No ha usado		Regresan actitudes de enojo	No consume alcohol ni droga.	Alguien que lo escuche, contacto con Dios y literatura.		Alcoholismo	No.	Sí
9	Tule	Hombre	23	Soltero	Licenciatura	Psicólogo	Evangelista	3 años 6 meses	Profesor de la univ. y terapeuta.	Miedo, depresión, resentimientos, soledad	Violación, ausencia económica de papá, confusión en la tendencia sexual.	Cistitis	Acupuntura y curso de masaje.	Sí, le pide que lo guíe cuando toma decisiones.	Relaciones sexuales sin amor	Se volvió más sociable	Oportunidad de socializar, no encontró para resolver aspecto sexual.		Sexo, a los resentimientos	Sí, sintió que ya no era querido en el grupo.	Sí
10	Violeta	Mujer	30	Casada	Secundaria	Costurera	Católica	3 años 4 meses	Suegros	Maltrataba a su hija.	Intentos de violación, papá mujeriego, carencias económicas.	Estreñimiento	No ha usado		Se enoja igual que antes	Ya no le pega a su hija.	Literatura y alguien que la escuche.	Sí	No	Sí, por desidia y falta de tiempo.	Sí
11	Delfa	Mujer	26	Casada	Licenciatura	Psicóloga	Católica	3 años	Esposo	Alejamiento con la familia, intolerante, se desquitaba con su hija.	Intento de violación de tíos, aborto.		No ha usado	Sí	Se enoja igual o más que antes	Mejoró relación con papá, ya no duele tanto hechos pasados.	Siente que le faltó información sobre las herramientas.	Sí	No	Sí, por desidia y flojera.	Sí, a familiares
12	Ninfa	Mujer	38	Casada	Preparatoria	Ama de casa	Católica	2 años 9 meses	Amigos y familiares	Soledad, problemas con su esposo	Intentos de suicidio, intento de violación por hermano, acoso sexual de tío.	Dolor de cabeza, ya no le duele.	Atención psicológica para niños, acupuntura y masaje.		Cuando explota se enoja y ofende	Recuperó familia, mejoró relación con hijos.	Para el que quiere cambiar.	Sí	No	Sí, por cuidar a sus hijos.	Sí

13	Cedro	Hombre	65	Casado	Licenciatura	Comerciante	Católica	2 años 6 meses	Acupunturista	Le dolía el estómago, ya no quería vivir.	Haber sido regalado por su padre, intento de violación por un desconocido, carencias económicas y afectivas en la infancia.	Hipertensión y diabetes, se controlaron.	Antes de la escritura.	Si, se reconcilió.	No	Regresaron las ganas de vivir.	Sí	Sí	No	Sólo asiste martes y jueves.	Sí, a familiares y m
14	Alelí	Mujer	49	Casada	Técnica	Enfermera	Católica	2 años 5 meses	Hijos y esposo.	Muerte de un hermano, envidia de las hermanas, odio, problemas con su esposo alcohólico.	Violación, infidelidad de ella, intentó matar a su esposo.	Miomas, presión inestable, mejoró después de escribir.	Acupuntura y bioenergética	Sí	No	No consume alcohol, duerme sin pesadillas.	Alguien que la escuche	Sí	No	Sí, por lejanía, marido no la apoya.	Sí
15	Camelia	Mujer	27	Soltera	Preparatoria	Secretaria	Católica	2 años 3 meses	Amiga.	Depresión, problemas con su esposo.	Ausencia de padre, soledad, resentimientos a papá, muerte de su abuela.		Acupuntura	Sí	No	Acercamiento con familia, es más flexible.	Alguien que la escuche	Sí	Alcoholismo y drogadicción	No.	Sí
16	Cipres	Hombre	36	Divorciado	Licenciatura	Taxista	Católica	1 años 9 meses	Hermano	Infidelidad de su esposa.	Intento de abuso sexual, falta de amor a su pareja, ausencia de padre.	No se enferma.	Curso de masaje	Sí	Lujuria	Controla más su ira y ve por los otros.	Ayudar a otros y así ayudarse.	Sí	No	Durante dos meses por embarazo no planeado pareja	Sí, a amigos
17	Olmo	Hombre	33	Divorciado	Técnica	Agente de ventas	Católica	1 año	Primo	Soledad, era muy prepotente, agresivo, alcoholismo.	Intento de violación por un sacerdote, nacimiento de hermano, mamá se casa.	Desapareció colitis y gastritis, el asma menos intensidad.	No ha usado	Si	Alcohol	No consume alcohol, acercamiento con la familia.	Sí	Sí	Alcoholismo	Sí, un tiempo por recaída en el alcohol.	Sí, a familiares y a
18	Nogal	Hombre	41	Soltero	Licenciatura	Director general bancario	Católica	8 meses	Compañero de trabajo	Soledad, rencores, depresión.	Burla de amigos en la infancia, ausencia de papá, posible pérdida del trabajo actual.	Problemas de garganta	No ha usado	Mejóro su relación con Dios	Alcohol	Tiene esperanza en la gente	Oración, sentirse parte de algo.	Sí	Alcoholismo, pero no muy convencido.	No.	Sí

Tabla 1. Matriz de datos. Muestra los datos generales y las categorías analizadas en las entrevistas semiestructuradas. El orden de aparición responde al tiempo transcurrido a partir de la elaboración del inventario moral (escritura en la Hacienda).

**ANEXO 3**  
*FORMATO*  
*DE ENTREVISTA*

### Anexo 3

## FORMATO DE ENTREVISTA PARA MIEMBROS DEL GRUPO.

*Antes de iniciar la entrevista señala la hora de inicio y la fecha.*

#### *Datos del entrevistado.*

Nombre

Edad

Tiempo de última escritura

Motivo por el que asistió

#### *Motivos para iniciar un programa de recuperación.*

¿Cuál fue el motivo por el que asistió al grupo?

¿Cómo se sentía ante esta situación?

#### *La llegada al grupo*

¿Cómo se enteró del grupo?

¿Qué pensó del lugar?

¿Sabía en qué consistía el trabajo que estaba por iniciar?

¿Qué pensó de las juntas de preparación?

#### *El trabajo en la Hacienda*

¿Qué implicó para usted hacer un inventario moral de su vida?

¿Encontró respuestas en esta etapa del trabajo? ¿Cuáles?

¿Qué implicó para usted leer el inventario moral de su vida a otra persona?

¿Su padrino o madrina le ayudó a encontrar respuestas en esta etapa del trabajo?

¿Cuáles?

¿Cómo se sintió una vez terminado el trabajo?

*El trabajo en el grupo.*

- ¿En el grupo encontró las herramientas para trabajar por una mejor calidad de vida?
- ¿Cuáles y como las usó? (Aquí preguntar si ha hecho uso de los servicios alternos que ofrece el grupo como acupuntura, los cursos y atención psicológica).
- ¿Se ha alejado del grupo? ¿Cuáles son los motivos?
- ¿Ha recaído en su adicción o en actitudes que lo hagan sentir mal? ¿A qué cree que se deba?
- ¿Sigue asistiendo al grupo? ¿Porqué?
- ¿Ha tomado la opción de un seguimiento?

*El grupo*

- ¿Cómo se encuentra actualmente?
- ¿Considera que el grupo y su programa de recuperación ayuda a liberarse de las adicciones y/o actitudes negativas? ¿Le ayudó a usted?
- ¿Había estado en otro programa, tratamiento o grupo para trabajar con usted mismo?
- ¿Ha tenido algún problema en el grupo que le haya hecho dudar en continuar su trabajo?
- ¿Cuál fue?
- ¿Hay algo o alguien en el grupo que no le agrade o que cambiaría?
- ¿Recomendaría este trabajo?
- ¿Qué representa para usted Victoria en su vida?



**ANEXO 4**  
*ENTREVISTA*  
*A “ROBLE”*

## ENTREVISTA 8

### “ROBLE”

*¿Me puede dar su nombre por favor?*

“Roble”.

*¿Cuántos años tiene?*

30

*¿Hace cuánto que escribió por última vez?*

Tres años y medio...

*¿A qué se dedica usted?*

Bueno yo soy empleado, bueno, ahorita soy empleado pero también tengo un taller en mi casa, ese taller lo lleva mi esposa, pero de todas maneras yo siento que soy también del taller porque llego en las tardes y trabajo un rato, a veces no siempre.

*¿Al momento en que usted va al grupo, a usted le pusieron un estigma, qué estigma tiene?*

Soy alcohólico drogadicto.

*¿Cuál fue el motivo principal por el que usted asistió al grupo?*

Pues en realidad, yo así al principio de que me dijeran ve , yo no quise porque no me atrajo, sí... a mí me invitó mi papá, mi mamá, mi esposa, ellos vinieron antes que yo. Pero en realidad lo que me hizo venir fue que todos hablaban aparte de... y si me sentía como aislado de todos. Entonces dije, pues voy a ver porqué no pueden hablar enfrente de mí no... y para mí era molesto eso de que llegaba ahí y estaban hablando y, yo me imagino ahora que eran cosas de aquí del grupo, y se quedaban callados, y eso me molestaba no... entonces dije, voy a ir a ver que pasa no... y en realidad yo decía, pues yo nos soy esto porque los oía que decían es que tu... por esto y esto... pero jamás en mi mente pasó la idea de porqué lo decían. Ya hasta que vine me empecé a dar cuenta de cómo empezó a ser, como era más bien la realidad.

*¿Cómo se encontraba usted antes de venir al grupo? ¿Cómo se sentía?*

Pues supuestamente yo me sentía bien , osea yo no necesitaba nada, pero sí ya era de que tomaba era hasta que me embrutecía y ya al venir aquí fue cuando me empecé a dar cuenta de que pues si me hacía falta algo, osea un cambio en mí, porque si ya era... y más, más las emociones que traía encontradas, era lo que más me acababa antes de venir.

*¿Qué tipo de emociones?*

Pues, si no... me sentía solo, me sentía reprimido, era muy tímido para todo. Osea digamos como ahorita que estamos platicando yo era de que si... no... y así para expresar lo que yo sentía me costaba mucho trabajo, a pesar de la gente que ya tenía mucho tiempo de conocerme, siempre era así, retraído pues, si.. y ya de que vine pues si cambió todo eso.

*Al momento en que usted inicia las juntas de preparación ¿cómo se empezó a sentir, cómo fue que las vivió, qué pensó?*

Cuando vine el primer día que fue cuando me inscribí y me quedé a mi primera junta, me saqué de onda porque dije, a chinga que pedo osea, vi, vi y sentí luego, luego esa hermandad, esa fraternidad que existía no... y me sacó de onda porque era algo de lo que yo andaba buscando y nunca lo había visto, ni lo había sentido como en ese momento. Entonces como ahorita recordarlo me siento padre ¿no?, porque... digo..., me..., donde lo encontré y todavía en ese momento yo no sabía que era, osea porque no me explicaban que es lo que pasaba. Entonces al entrar y ver todo eso, todos te hablan y nadie, hay mira ese guey y la chingada, nunca me imaginé que fuera así, esa fraternidad que es eso no, y fue mi primer junta y al empezar a oír como se expresaban, como decían, yo decía sí es cierto todo eso ¿no?... pero, por el miedo a decirlo uno se queda callado. Y ahí fue cuando empecé solito a ponerme los chalecos, porque eso si ya me habían dicho todos, te pones los chalecos que no se qué, y este... entonces yo ya venía mentalizado eso ¿no?... y cuando empecé a oír la junta si me pegó porque sí todo lo que decían había mucho que, pues que me quedaba a mí y yo hasta llegué a pensar: chale, como ya todos vinieron, ya le contaron mi vida a ellos, para que así me avienten más chalecos no... yo pensaba eso. Entonces cuando salimos, por todo eso que traía en la cabeza, pues si me fui enojado porque a mí me

trajo mi papá, me dice: ¿cómo te sientes?, estoy bien, vamos a platicar..., ¡no quiero platicar, déjame!. Osea sí estaba molesto porque yo decía, chale, como ya todos vinieron (se refiere a sus familiares), ya todos saben mi vida y pues lógico que ya lo están diciendo. Esa fue mi primer reacción, pero cuando terminó la junta y se hace la cadena de amor y todo eso, fue algo tan motivante que le digo que no entendía que era porque nos abrazan, nos dicen: échale ganas, pues una motivación que fue cuando dije, si, si voy a acabar, porque yo todavía venía dudoso de... sí... no... nadamás para que no estén chingando. Osea, en sí yo venía más a fuerzas que por querer, entonces al terminar la primer junta yo veía todo eso, y esas emociones que sentí, fue el decir si, adelante no... vamos a terminar.

*¿Qué significó o cómo vivió esta cuestión de estar escribiendo su vida, ya allá en la hacienda?*

Pues fue, para mí, si fue doloroso, porque pues todo lo que viví de niño fue mas lo que me, les digo yo a todos, fue lo que me golpeó, lo que me movió mas bien, porque en realidad yo lo he dicho fuerte y quedito, mis papás me dieron todo, pero todo lo que ellos querían porque a mí lo que realmente me hacía falta pues nunca me preguntaron, te sientes así, o te sientes asado no... entonces eso fue lo que más me dolió, estar escribiendo más, más lo de mi niñez.

*¿Hubo algunos hechos que ahorita pueda acordarse de los que le costaron más trabajo escribir?*

Si, yo lo he platicado muchas veces con padrinos y compañeros de aquí del mismo grupo. Y casi todos coincidimos en lo mismo que es la parte sexual nos chinga a todos en... igual, a unos más a otros poco pero es la que más nos afecta ¿no?... nos marca más bien. y en ese tema fue donde más trabajo me costó. Digamos, antes todavía me la hacía de a “cuete” conmigo mismo, me decía, bueno, pues si ya lo escribiste y no puedes con ello, pues me la hacía de a pedo porque me conmisera, me decía: hay pobrecito güey te pasó esto..., no te pones a ver tu que haces para poder solucionarlo, osea más bien para poder trascenderlo, no solucionarlo sino trascenderlo, y hasta que me cayó el veinte solito y decir, pues acéptalo güey te pasó y pues échale ganas.

*¿Nos puede compartir qué le pasó?*

Si, esto que me pasó, para mí fue una violación, no... porque, porque este no hubo penetración ni nada. Una muchacha era mayor que yo, yo tenía como ocho años mas o menos y esta chava mi mamá y mi papá la contrataban para que me cuidara a mí y mi hermano, porque este, ellos trabajaban, y luego era noche y había veces que ellos en toda la semana dormían dos o tres veces nadamás por estar trabajando, entonces esta muchacha nos cuidaba, ella ya tenía como unos 15-16 años más o menos, entonces una vez estábamos viendo la televisión y me dice que la toque, pero... ahí en mi mente todavía no volaba nada, pues yo la tocaba pero la... osea haga de cuenta que estaba a un lado de mí, le tocaba su hombro, ¿no?... ahí no, hasta que me empezó a decir como... e hizo que la tocara en.. pues en la vagina no... y este de ahí empezó, no sé, ahora lo pienso y, en palabras como yo me pueda expresar, ahora sí que se calentó, se bajó el calzón y me bajó el mío y se subió encima de mí. Entonces yo sentí miedo en ese momento por eso es que siento que fue una violación y yo todavía le decía, quítate, quítate, por el miedo que yo tenía y ella, pues terca. Le digo, no hubo penetración de mi parte hacia ella, pero yo lo sentía así porque abusó de mí, emocional, sexualmente y me marcó eso no... entonces de eso mi mente, más bien yo... por completo lo único que buscaba era pues desquitarme con la mujeres no..., fuera quien fuera. Yo decía, pues esa me la hizo, esta me la paga y así fui creciendo con esa mentalidad, pero para mí si fue eso, fue algo que me costó bastante trabajo escribirlo y trabajarlo allá en la hacienda.

*¿Hubo algún otro hecho, ya pensando en el aspecto material y en el social, hubo algunos hechos que le hayan costado también trabajo?*

Si, me costó mucho en el aspecto social, cuando mi hermano se cayó. El tenía como 4-5 años más o menos y este, me acuerdo que esa vez estábamos jugando, eran unos canceles de... estaban viejitos, tenían vidrios, estaban hasta.... arrumbados por ahí. Entonces no me acuerdo si fue mi papá o mi abuela que pusieron un colchón recargado ahí. Entonces nosotros corríamos y rebotábamos en el colchón. Pero una de esas se resbala el colchón y mi hermano sube corriendo y en lugar de dejarse caer de resbaladilla se avienta del otro lado, entonces cae con su cabeza hacia atrás, rompe el vidrio, se le encaja uno aquí atrás (señala la espalda) y uno le cae en el ojo. Y eso me dolió mucho, y si, todavía ahorita lo

siento pero ya lo recuerdo no como doloroso, sino como algo que... haga de cuenta que veo una película y... hay guey... no.. osea si me mueve, pues de ¿porque mi hermano?, este..., del tiempo que estuvo hospitalizado y todo eso, volvió a gatear porque ya no podía caminar otra vez, eso me dolió mucho también.

*¿Murió?*

No, eso era lo que me dolía más, porque yo lo veía y me decía: manito ayúdame a jugar; porque no se podía parar, osea, todo el tiempo tenía que estar así (muy quieto), porque si se movía le hacía daño, como se reventó toda la bolita del ojo, se la rompió con el vidrio, entonces si se movía... en ese tiempo apenas empezaban las cirugías con láser, con él experimentaron. Con un líquido que le echaron en su ojo, con cirugía con láser entonces los doctores les dijeron a mis papás que si lo movía se podía mover la cirugía y pues le podía hacer daño, entonces eso era lo que me dolía, porque decía, ¿y si mi hermano se queda sin ojo?, ¿y si ya no vuelve a caminar?, eso era lo que más me dolía.

*¿Algún otro hecho?*

Si, cuando mi abuela murió. Porque este, en ese tiempo yo ya estaba casado. Y este, me dolió porque haga de cuenta que ella fue otra mamá para mí, porque, de hecho, ella me amamantó unos días porque mi mamá no podía y en ese tiempo una de mis tías lleva mi edad, entonces mi abuela tenía leche de ella, me amamantó a mí. Para todo, para todo, me decía (lo) que estaba bien o estaba mal, entonces muchas veces cuando tenía yo una duda iba con ella: ¿oye abuela, así y así?, hay pues no seas tonto, hazle así, hazle asado, haz esto haz aquello, y cuando yo le presenté a mi esposa cuando éramos novios, se molestó mucho. Dice qué hijo, ya te quieres casar, no es mi novia nadamás, pero fíjate que está re-güera... osea que le tiro feo a mi esposa..., pero a mí me gusta abuelita. Bueno es tu decisión, y ahí quedó, pero yo tenía esa impresión de que no le caía mi esposa a mi abuela. Total así pasó el tiempo, cuando ya me iba a casar le voy a decir: sabe que abuelita me voy a casar..., de seguro con esa pinche guerra..., si con ella, vengo a invitarla es para tal día y así, asá..., pues traerla un día. Y todavía decía, no ¿porque no la quiere?, bueno, mi mente voló lejos. Pasó eso ya cuando fuimos a invitarla ya bien, aquí está su invitación que no se que, sentí tanto gusto que... me dijo mira, yo no te puedo regalar nada, más que la mitad de lo que hagas de

comer. Entonces a mí me... no fue tanto el... lo que me haya dado no... si no que aceptó a mi esposa y dije ah...pues que chido no... todo eso me movió mucho y esa parte de mi vida de, junto con mi abuela fue lo más chida que lo de antes. Osea, me acuerdo más de eso porque iba yo a su casa cuando era casado, me recibía muy bien, cosa que con los demás primos y sobrinos, hasta con sus hijos de ella no lo hacía, llegaba yo y... ven hijo vamos a traer pan, vamos a traer lo que te gusta de cenar. A mí eso me llenó, me fortaleció mucho en ese momento, porque yo ya estaba deshubicado en ese momento porque este, qué hago, ya tengo mi esposa y ya estoy haciendo mi casa pero, no, me sentía este...como acorralado pues, pero ella me ayudaba mucho. Me decía hazle así hijo, hazle así, o no seas tonto, mejor vende esto o compra esto, cositas así, todo eso me ayudó mucho no. También lo he dicho recio y quedito, que mi papá y mi mamá me apoyaron mucho pero mi abuela fue el complemento de todo eso no... entonces en ese tiempo ya ... mi abuela, osea la quiero mucho y todavía la sigo queriendo. Cuando a mí me dicen, sabes que, tu abuela está enferma, donde está, está en su casa, quiere que todos vayan, vamos y esto fue un año nuevo, y nos dice, osea yo ya sabía que estaba enferma, más bien todos, pero nadie sabía de que, más que ella. Dice: quiero que vengan a cenar conmigo, que no se que y ya estuvimos, por cierto, ese día ella no quiso que tomáramos nada, porque nos iba a dar la noticia de que estaba enferma no... pero nosotros ni cuenta, nosotros lo que queríamos era echar desmadre, bailar, tomar y ya, entonces como ese día no quiso que tomáramos nosotros estábamos ya almorzando y nos dice: saben... que estoy enferma y pues sí, tengo leucemia y sí... pas, como que... chales no... que pedo. Ahí fue cuando una vez más, más bien ahí fue cuando acentué más mi enojo con Dios, porque decía: chales, cuanta gente ha curado ella y ella se está enfermando, porque ella vendía plantas medicinales, ella sabía todo de tratamientos, no sé todo eso, algún tiempo ella me enseñó, fíjese todo eso, y me iba con ella y me pagaba y le decía: no abuelita que, porque, de lo que estoy aprendiendo, gano más de lo que usted me dé... no... que es para que te ayudes... entonces si hay algunas hierbas que sí sé para lo que son, para lo que ayudan, y este...entonces le digo cuando nos dice eso, haga de cuenta que yo entré en shock, porque mis emociones ya eran de que ¡me vale madres!. Osea aún todavía me llega a pasar así y me llegan a decir, cabrón es que eres bien concha, pero no es que sea concha, sino que me dicen, pues ponte a hacer algo guey, que vas a hacer, sino que haga de cuenta que yo era de las personas ya de que, de ese tiempo para acá de cuando supe

eso, era de que, me decían, no sé, sabes que se murió tal, y si yo estaba allegado a él y sabía que me dolía, pues bueno pues si ya se murió que quieres que haga, no... osea ya no demostraba el dolor, ya no me salía pues, porque lo sentía, porque sentía el nudo en la garganta, ganas de llorar y no podía, osea era tanto mi enojo con Dios que yo decía, no te voy a dar ese gusto, así era aquello y este. De ahí para acá fueron casi 5 meses que estuvo en el hospital mi abuela, y pues no, yo no podía. Entonces ya de tanto medicamento y de todo lo que tomó mi abuela, adelgazó mucho, se le cayó el pelo de las radiaciones que le daban, este, total que nosotros trabajando y pues yo lo que podía aportaba no... para su enfermedad de mi abuela. Entonces un día llega mi papá y me dice, sabes que, que tu abuela te quiere ver, si mañana voy a ir, pensaba ir, llevo al hospital y me mete a mí, a mi hermano y a un primo. Osea como los doctores ya sabían que estaba en sus últimas, pues ya dejaban pasar a quienes fueran no... entonces entramos y nos dice todavía acostada: miren hijos, los mandé llamar porque ya me voy a morir, y ahí si lloré porque me lo dijo ella, dice, pero quiero que sean fuertes. Dice, todos ustedes me van a hacer el favor de ir a comprar la flor cuando me muera, quiero estas flores, ¿como me dijo?, unos arreglos pues de los que van en el ataúd, dice, y allá en el panteón quiero que hagas esto y esto y esto, porque ya había ido a ver el panteón, y este, quiero que apoyen a sus hijos que no se que, y ahí todavía sentí aquello de, pues que pedo si mi abuela está viva todavía, osea, no me llegaba aquello de pues sí se va a morir, a pesar de que como se veía sin pelo, bien delgada, sin fuerzas, pues yo decía, no pues va a vivir porque está viva todavía, todavía hay esperanza, por mi mente pasaba eso. Eso nos dice, haga de cuenta un miércoles, para el sábado la dan de alta para su casa, y dije, ya ya se va a aliviar mi abuela todavía hay esperanza, pero no, porque los doctores la dieron de alta para que falleciera en su casa. Ellos ya sabían y mi papá y mis tíos todos ellos ya sabían que iba a morir pero no nos decían por lo mismo no... entonces con el gusto de que regresó a su casa, ahí estamos todos, sus nietos, sus sobrinos, sus hijos, y comiendo juntos, la dejaron ya comer de todo porque no podía comer nada, y este, pues ya ahí estuve todo el sábado y el domingo. El lunes me regreso para seguir trabajando y me habla el miércoles mi papá. Sabes que, tu abuela quiere comer con todos ustedes, le digo todavía a mi esposa, ándale hija vámonos, pero ¿en qué nos vamos a ir?, ahorita encontramos una combi que nos lleve a todos. Yo ahí todavía con la emoción, pero cual fue mi emoción que cuando llegamos ya había muerto, y



ahí si mi dolor fue tal que, ahí si mi mente pensaba, cuál pinche Dios no... no existes, ahí fue cuando realmente renegué de él. Mi primer impresión de verla corrí a abrazarla, y lo que estoy haciendo ahorita (estaba llorando) me da gusto porque no lo pude hacer en ese momento, porque pues todo lo que me estaba pasando en...osea más bien lo que me pasaba en la mente decía, de que sirvió tanto esfuerzo que estábamos haciendo, si... pinches doctores nos dieron esperanzas, nos hubieran dicho la verdad, no sé, entonces lo único que hice fue pararme a ver su casa porque su meta fue reconstruir su casa, y lo logró. Entonces decía, para que te chingaste tanto, para que quisiste tu casa, ni la disfrutaste no... y de ahí para acá fue un sentimiento que fui cargando no... me decía ella antes de morir me decía, yo quiero conocer un hijo tuyo, decía sí, pero yo decía, no, todavía no es momento, todavía no es mi tiempo. Entonces de ahí para acá decía, pues no, para que un hijo, para que llore de este dolor, osea, todo eso, y me marcó mucho porque me empecé a dejar morir espiritualmente, más de lo que ya estaba, porque ella era de las personas que decía: vamos a misa hijo, sí abuela vamos, o vamos a tal lado, sí vamos, y de ahí para acá yo decía, no... para que, para que le pedimos si no da, todavía no entendía realmente lo que era la espiritualidad. Este... mi esposa me decía... ven .. si osea ellas me confortaban (su esposa y su mamá) ellas supuestamente pero, pues yo no lo sentía, más bien ya no quería echarle ganas en ese sentido, entonces si me devastó cabrón, de ahí muere mi tía y pues ya, es cuando le digo que me decían, pues ¿que no te duele?, pues si me duele pero que quiere que haga, ya se murió, ni modo que con irle a llorar va a revivir. Entonces toda esa mentalidad empezó a nacer en mí, igual murió mi abuelo por parte de mi mamá, y lo mismo no, y en lugar de, pues de estar con mi mamá no sé apoyándola o así, lo único que hice fue a ponerme a tomar ese día. Y pues si fueron tiempos donde empecé a agarrar más la botella porque yo decía, pues para que chingaos me cuida si de todas maneras me voy a morir, y que sería más chido que por mi gusto, osea yo decía así, porque pues igual mi abuelo... él murió pero de un paro cardiaco, el se cuidó mucho, no hacía cosas que no debía, pues de que le sirvió si se murió de lo mismo, de lo que le dijeron, y a pesar de que se cuidó, pues entonces a mí me empezó a valer madres mi vida, mi cuerpo y los que me rodeaban.

*¿A partir de entonces usted empezó a tomar?*

Ya tomaba pero, si me moderaba, porque me sentía mariado y decía no ya no, pero de ahí fue cuando empecé a agarrar más la... ahora sí que ha embrutecerme no... era de que ya se

acabó, pues vamos por otra y otra y otra, aunque a los otros días cuando ya venía la cruda, pues me pusiera mal me valía, y yo me ponía a tomar más.

*¿En qué momento comienza a probar la droga?*

Eso fue ya como a los 2 años de que murió mi abuela, porque yo era de los que estaban siempre en mi casa, después de que me casé, dejé cotorreo con mis cuates, ya no iba a las discos ni a bailar, ¿por qué?, porque dije, para eso me casé, para estar con mi esposa, para hacer vida y exactamente lo que es una familia, ese era mi pensamiento. Pero de que muere mi abuela pues me valió gorro todo y decía, pues, que chingaos, me voy a divertir, me voy a hacer lo que a mí me gusta para cuando me muera ya hice lo que quise. Este, entonces, una vez estábamos tomando, estábamos bailando con los amigos y me dice un cuate, ¿quieres un cigarro?, le digo sí...porque yo ya no traía, entonces empiezo a fumar y yo ya estaba tomado y de momento me empiezo a sentir bien, ¿hay chinga, pues si yo estaba hasta la madre no?, yo pensaba. Le digo a este cuate, que, que tenía tu cigarro, no pues es que le echamos coca para que te alivianes, y si ese día me encabroné y no... los mandé a la chingada y les tiré su cigarro y me fui para mi casa. Ahí fue cuando la probé, digamos, y me gustó pues, porque anteriormente cuando tenía como 15 años más o menos, fumé marihuana pero no me gustó, y les dije a mis cuates, saben que , esto no es para mí y ya mejor ni me vuelvan a invitar no...y esa vez fue mas, mas por curiosidad, para saber que se sentía, no... y yo dije, no es para mí porque no sentí nada y a lo mejor le fumo y le fumo y por más que le fume no me haga nada, pues voy a estar, osea por mi mente pasó, es cuando se hace adicción, porque por querer sentir algo vas a querer y querer y más y más. Entonces esa vez fue nadamás probarla por curiosidad, pero ya cuando me invitaron el cigarro con cocaína, ahí si me puse a pensar, pues si me alivianó no... yo andaba hasta la madre y la pinche cruda no me hizo como otros días, osea, pensé un chingo de cosas, entonces la próxima borrachera que tomé este, pues ya cuando me sentía bien mal de que estaba bien tomado, busqué a estos cuates porque, de por sí yo sabía que ellos vendían. Le digo, oye güey, véndeme un cigarro como el del otro día, ahí está güey, ¿no que no?, y de ahí empezó, entonces eso era cuando... cuando me sentía más... este..., pues sí como más ahogado en mis penas, es cuando más lo buscaba porque era irme a emborrachar, ya estás hasta la madre, ahora aliviánate porque hay que ir a chambear, hay que ir a tal lado, no sé,

eso era lo que yo hacía, entonces en ese tiempo fue cuando mi hermano empezó a venir al grupo, porque él fue el primero y yo vine hasta como 8 meses después que él, porque ya vino toda mi familia, mi esposa, mis papás. Entonces como yo vine al último ya habían pasado como 8 meses que mi hermano vino. Entonces él si estaba bien mal en las drogas y yo lo que hacía era salirme a cuidarlo muchas veces que donde andas cabrón, que vámonos para la casa. Yo me daba a la idea de que se drogaba, pero nunca lo demostraba porque siempre llegaba bien a la casa, osea saludaba, osea el llevaba su vida normal, donde yo me empecé a darme cuenta es cuando empezaron a faltar cosas en la casa, como no se, chamarras, bicicletas, cosas así, entonces empecé a preguntar, oye... no viste esto... a... sí la llevó a tal lado, entonces así, buscando y buscando encontré a donde se iba a meter. De ahí yo ya pienso las cosas y digo, yo ya no voy a hacer esto también, porque exactamente, como le voy a llamar la atención a mi hermano si yo soy igual ¿no?.

*¿Usted es menor o mayor que él?*

No, yo soy mayor. Cuatro años mayor. Y este, total, cuando yo, porque en sí nunca me di cuenta, pero sí le dije, carnal estas mal, ahí fue también algo que me llenó de gusto porque hablé con mi hermano y me dice, carnal, hay cosas que tu no sabes de mí, es que yo hago esto güey... y qué yo soy tu hermano, confía en mí, no porque hay cosas que no te puedo confiar ni a ti. Entonces esa plática me llenó mucho porque, de ahí yo vi que mi hermano se apegó mucho a mí, entonces yo iba a un lado, vente carnal vamos a tal lado, vamos a tal lado o... no sé, a mí me gusta mucho el baile, y yo le decía, va haber baile, si, pues vamos güey te acompaño no, o vente acompáñame..., cositas así hubo que ni de niño nos hicimos, no de andar juntos, de cuidarnos uno a otro. Eso me fortaleció mucho, ora si que, conviví con él porque, hasta a mí me alejó de eso porque yo no era que a cada rato buscara la droga no... sino que cada vez que, ahora sí que la necesitara nadamás no, de ahí dejé ya de fumar eso y... él no me di cuenta cuando se drogaba. Cuando llegó mi primo y nos... invitó mas bien a él, porque mi primo ya tenía creo tiempo aquí, y este, más o menos él se daba una idea de que reacción tiene un drogadicto, osea, que, pues si que comportamiento tiene no... entonces lo invita y mi hermano luego, luego acepta, me dice, sabes que carnal, voy a ir a un lado así, ojalá guey que te sirva, pero en ese momento yo no me imaginaba la magnitud de lo que es la experiencia, regresa y el cambio que dio él fue radical porque, había cosas

que a mí se me habían perdido de mi casa y sabía que él las había agarrado por lo mismo de su adicción, y me llegó a pedir disculpas por eso, sabes que carnal discúlpame porque pues agarré esto y esto tuyo para drogarme no..., en ese momento si lloré con él porque me dio gusto de que lo haya reconocido y todavía me dice, y le voy a echar ganas carnal, ya no lo voy a volver a hacer, y me dio mucho gusto, esa vez, mi primo nos comentó, dice: van a ir por él, así y asado... si guey. Entonces al llegar aquí y ver esa hermandad, ahora ya lo reconozco, porque es eso, la hermandad de los padrinos, apoyos y yo decía, puta madre pues que pedo, bueno osea que es esto no... en ese tiempo todavía no había pasado por mi mente el aquello de que ahora ya entiendo, que se dice, pues quiero tener eso que ellos tienen, osea, en ese momento no pasó por mi mente porque pues ya había nacido mi hija y fue... y cuando nació mi hija fue algo que, haga de cuenta que fue un puente no... porque yo ya iba al abismo, y el puente fue mi hija, fue lo que me salvó de caer a ese abismo porque si yo ya iba de picada feo, emocionalmente hablando. Yo ya no tenía aquellas ganas de vivir, de echarle ganas. En mi casa yo era de las personas que veía no se, una telaraña, a pues vamos a barrerle y todo, vamos a limpiar, vamos a hacer esto, eso se me quitó, igual yo era de las personas que veía algo, vamos a arreglar esto, o en la casa de mi mamá, sabe que jefa, está mal tu instalación, ahorita te la arreglo. O plomería, que quieres que haga, quieres que pinte o así, no... osea esa era mi vida anteriormente de que muriera mi abuela, eso era, de que veía algo mal y lo reparaba pues. Y me decía mi abuela, es que tu hijo eres bien pendejo, le digo, porqué abuela, porque hay cosas que no tienes que hacer, ojalá que nunca, por lo bueno que eres te llamen pendejo, pero yo le decía, a mí me vale, yo los hago de corazón, osea son cosas que para mí no son, como dijera, pues esenciales de decir, pues lo tienes que hacer de a huevo, sino que a mí me nace y lo voy a hacer no... sin que me digan. Y cuando no lo quiero hacer pues se los digo directamente, sabes que no lo voy a hacer y ya, y cuando... le digo, cuando nació mi hija fue mi puente porque pues era mi adoración en ese entonces y, mi... todo, yo me enfocaba en todo hacia mi hija, porque decía, bueno, mi hija está chiquita, le hace falta no sé que... una cuna, le chingué y le compré su cuna, osea ese fue el trampolín porque alejé mi mente de todo lo malo para con mi hija, porque decía, le falta ropa, pues voy a chingarle sino va a ir creciendo y zapatos y esto. Una vez mi mente voló tanto que le dije a mi esposa, te imaginas ya cuando mi hija se reciba, que tenga esto, pues hay que chingarle, echarle ganas y ella me dice, estas loco que no se qué, todavía falta

mucho, pero no, hay que ir viendo desde antes que no se que. Y eso fue lo que me sacó tantito a flote no... porque sí, porque yo creo que si no hubiera nacido quien sabe que hubiera pasado.

*¿Del alcohol y de la droga, qué consecuencias hubo en su cuerpo?*

Del alcohol si hubo muchas porque, pues ya era que al otro día no podía comer nada porque luego, luego lo volvía no, es lo que le decía, ya no me importaba si me llevaba la chingada porque mi estómago me ardía, ya no toleraba nada al otro día, lo único que hacía era comer nieve y helado porque era lo único que aceptaba mi cuerpo cuando dejaba de tomar, y de la droga pues así que yo..., lo único que sí era que, al otro día no tenía la misma cruda, ya no de físicamente si no ya era moralmente de decir, chales, tanto yo veo mal esto y lo hago, cuando volvía a pasar pues me valía madres, lo volvía a hacer.

*¿Cuánto tiempo consumió el alcohol y cuanto tiempo consumió la droga?*

No pues alcohol, como le digo, tomaba no pues uta... como desde los quince años, catorce, por ahí así empecé a tomar, pero ya se agravó de cuando mi abuela hacia acá, no es cierto, fue unos cuatro años antes de que muriera mi abuela cuando empecé a tomar más, pero mis borracheras eran de que yo tomaba, ya me siento tomado y me voy a dormir. Al otro día todos, no pues que pinche maricón que te fuiste no... me vale, pero ya de que murió mi abuela para acá ya era de vamos por otra y otra y otra.

*¿Cuántos años tenía usted cuando murió su abuela?*

Yo tenía, 24-22 por ahí así..

*¿Hasta que edad continuó así?*

No es cierto tenía como 21 años porque mi abuela murió cuando yo tenía 24 años, porque cuando fue así que me dediqué a tomar fueron como tres años y medio.

*¿Y la droga cuánto tiempo la consumió?*

Como dos años.

*¿Qué consecuencias hubo en su vida familiar, en su vida de trabajo con el alcohol y la droga?*

Pues sí, bueno con el trabajo casi no era porque, en ese tiempo casi todos tomábamos en el taller, y sabes que, que se antojó unas, sí vete por ellas, y más que nos toleraban eso en el trabajo, no osea, consecuencias en el trabajo que yo que sienta pues no hubo mas que no rendíamos lo mismo en lo que tenías que hacer, lo que sí fue en la familia, ahí si como le dijera, ahí si afectó mi manera de beber, porque antes de que naciera mi hija, o como dos años antes, pues yo era de que me iba a los bailes, bueno esto fue mas bien desde que me casé con mi esposa, yo le decía, vamos al baile, no es que a mí no me gusta, no se qué, bueno entonces te quedas, si.. vete tú. Yo me iba a los bailes, me tomaba mis cubas, mis cervezas, pero hasta ahí no, ahí no afectó nada porque yo comprendía a mi esposa en las cosas que ella quería hacer y a mí no me gustaban, entonces hazlas, entonces yo lo tomé en ese sentido de que ella hacía lo mismo conmigo, te gusta bailar pues ve. Pero ya se agravó más cuando empecé a tomar más y llegaba enojado o vente a acostar... no estás chingando, osea ya me convertía en otro, no para... nadamás para ofenderla y hacer el pleito, eso es lo que más afectaba.

*Todo esto lo escribió, al momento que estuvo escribiendo ¿empezó a buscar respuestas del porqué usted era así?*

Si, si, si, eso fue real porque, ahora eso es lo que le digo a la gente que yo invito no a su experiencia. Le digo, lo que vas a encontrar son respuestas que tu has buscado y nadie te las va a decir, tu solito las vas a encontrar al ir escribiendo no, que si yo, yo encontré muchas respuestas del porqué yo era así.

*En el momento en el que pasamos a la siguiente etapa que es la lectura de lo que usted escribió, a una persona, ¿qué pasó ahí, que significó para usted esa etapa?*

Escribirlo fue tan doloroso que... bueno eso fue muy doloroso no, ya cuando pasó todo dicen ya, ya pasó todo, yo dije, ya chingué, ya está lo más duro. Entonces cuando dicen vas a escoger padrino para que vas a leerle tu vida, uta madre, pero dentro de mí todavía estaba aquello, bueno más bien yo ya decía no... lo que me pasó al llegar a la primera junta: lo vas a acabar cabrón porque ahí si yo ya quería descubrir que era lo que había detrás de todo el

escenario, porque eso esto es un escenario y vamos a ver que hay tras bambalinas, que es lo que se encuentra no... ahorita ya pensaba eso no. Y ahí fue donde rompí barrera de ser tímido, de ser retraído, no porque dije, ni madres, si estoy aquí para.. yo ya sabía porque era reprimido o retraído, todo eso no, si estoy aquí para vencer eso pues con quien más que con una mujer ¿no?, pues ese fue mi pensamiento, porqué, por que, en primera mi vida fue muy, como le digo otra vez, pues sexualmente yo tenía con las mujeres era de que a darles en la madre; en segunda que yo para platicar con una mujer era peor, no de que, uta madre, que le voy a decir no, y más si no la conozco, entonces fue algo que me hizo decidir, no pues una mujer, de decir ella, ¿por qué?, por que, fue parte ahora sí que del tratamiento para vencer mis miedos no... y me dio resultado, ahora me ven aquí.

*¿Encontró nuevas respuestas en su trabajo?*

Si, si, si, conforme iba yo trabajando, haga de cuenta que cuando escribí, vi el libro, a, pues este libro es para responder esto, y pues, sí, y encontré unas respuestas nadamás viendo el libro, cuando hice mi trabajo haga de cuenta que abrí el libro y lo leí, porque ahí encontré todas las respuestas a mi vida, si, más bien el porqué de mis comportamientos más bien, uno dice, pus está bien pero lo que pasa es que está uno acostumbrado a vivir así, eso es lo que descubrí, de que uno está mal pero uno no lo quiere aceptar.

*¿Porqué estaba mal usted?*

En primera porque yo no aceptaba las cosas tan fácil, yo decía, y... hay chinga, pues si estoy mal pero me vale madre, si le voy a seguir así, ¿no?. Osea ese siempre ha sido mi idea de no haber aceptado las cosas en su momento. Digamos como lo de mi abuela pues no lo acepté, por eso me dolió tanto, o a lo mejor me hubiera dolido igual, pero ya no mi manera de actuar y de pensar hubieran sido la misma. Así es.

*¿Cómo se sintió una vez que terminó el trabajo?*

No, yo les comento a todos que yo no me quería regresar, yo lo que encontré fue algo tan chingón que se lo deseo a todos no. Y como me sentí ahí tan libre, me liberé totalmente, realmente, como dice la literatura no... empecé a encontrar mi personalidad real, ya no la ficticia de que soy así porque él se comporta así no... ahí encontré realmente a Roble y de

ahí a la fecha lo he venido formando en el sentido de que tiene que tener su propia personalidad, ya no fundada, esa libertad que encontró, pues la seguimos, no acrecentando, sino manteniendo en el sentido de que no hay que caer a lo mismo, a lo que se vivió más bien.

*Una vez que termina su trabajo, ¿en el grupo, después de su escritura, encontró las herramientas para poder mejorar su vida?*

Hay sí, si... para empezar, lo que yo encontré aquí, lo que dije al principio, la fraternidad que se vive aquí, es lo que más me ha ayudado, independientemente de todo, porque esa fraternidad es lo que, al menos yo como ser humano, ando buscando ya aparte de lo que es mi hermano, mi hermana, mi papá, mi esposa o mis hijos, es el abrazo que uno quiere sentir, independientemente le digo otra vez de la familia, porque pues el cuerpo, mente y espíritu andan en busca de eso, entonces cuando yo lo encontré pues entonces ya no me quiero deshacer de eso, y que esa fraternidad es algo tan chingón que no tengo palabras para explicarlo no, eso fue lo que primero me motivó a seguir viniendo, es una de las grandes herramientas que yo he encontrado, que cuando me llego a sentir, no se desubicado o sacado de onda, simplemente luego digo, me voy a apadrinar, y llego aquí con los abrazos que recibo encuentro la raíz del porqué me sentía así, hay cabrón pues hay que hacerle así y así, entonces muchas veces no siento ya la necesidad de apadrinamiento, porque ya encontré porque motivo me sentía mal, nadamás con ese abrazo y ese échale ganas fortalece un chingo. Esa es una de las herramientas, otra es que realmente me, me enseñó a tener un contacto consciente con mi poder superior, eso fue también algo que en ningún otro lado hubiera encontrado. Eso es lo que me ha ayudado mucho.

*Se reconcilió con Dios...*

Sí, si, si, si, y yo sé que , ahorita que Dios, lo que me tiene preparado pues quien sabe porqué y ahora sí que lo que nunca había hecho, dejé mi voluntad a él, y la sigo dejando no.



*Alguna otra.*

Si me ha ayudado mucho la literatura, porque ahí todavía encuentra uno más respuestas porque no sé, un ejemplo aquí en el grupo: ¿y porqué esto y porque lo otro, porque el café y porqué té?, y pues ahí uno va encontrando las respuestas también de todo eso.

*A llegado a ser uso de los servicios alternos que ofrece el grupo, como acupuntura, masaje, los cursos...*

No, eso si no, apenas estoy planeando, por lo que es mi tiempo, no en el trabajo, pero que quería también ver si había, en el sentido de los masajes para la columna, es también lo que me quería informar, nadamás que ahorita no puedo por el tiempo que tengo en el trabajo.

*¿En algún tiempo se ha alejado del grupo?*

Así como decir que me alejé, yo siento que no, no he venido porque, por las circunstancias de mi trabajo, muchas veces la familia también, pero que me..., que yo haya dicho, no pues ya no voy a ir al grupo... no... yo no me considero así.

*Usted, por ejemplo, considera que ha recaído en alcohol, droga o actitudes que en su momento había dicho que ya no iba a hacer... y a qué cree que se deba?*

Si, pues a la no constancia en el grupo porque, es como le digo, yo aquí encontré esa hermandad que, la fraternidad de decir, la estoy cagando, como le hago no... entonces muchas veces ya no lo puedo hacer porque, bueno pues si estoy mal y me vale madre y lo sigo haciendo no... osea yo no vengo a desahogarlo, a desfogarlo y ahí es cuando entra mi controversia de decir, bueno si estás alejado o no del grupo, y es ahí, donde luego si me saco de onda, en eso luego tenemos diferencias mi esposa y yo, porque ella dice, tu pinche grupo que no se que, bueno si guey, pero yo ahí encontré lo que andaba buscando y me vale lo que tú me digas, yo me siento bien al ir y voy a seguir yendo, y como yo le he dicho, quien me va a agradecer son mis hijos. Y si, más, más en mis actitudes no..., como en esa de cómo le contesto a mi esposa, en ese ejemplo que te di, de me vale tu pedo, en lugar de... sabes que agarra la onda, no sé pues mas suave, pero en esas actitudes es en donde más he recaído.

*¿Actualmente tomas?*

No

*¿Te drogas?*

No.

*¿Hace cuanto tiempo dejó de tomar y de drogarse?*

De que escribí.

*Actualmente, en comparación a cómo llegó al grupo y como se encuentra, ¿cómo podría resumir ese cambio?*

Eh, no tengo palabras porque, bueno, como me sienta no... la neta si llegué de la chingada porque yo venía mal, entonces que yo no lo aceptaba, y ni quería aceptar la ayuda, porque ahí todavía me negaba, pues yo estoy bien güey, si tomo pero me controlo, aparentemente pero no era cierto. Y ahora como me encuentro es pues mucho mejor porque antes me daba miedo andar solo, el decir, uta, si me pasa algo y nadie se entera, y ahora soy de las personas que una o dos de la mañana anda en la calle y solo y sin nada sin miedo. Otra de las cosas que me he percatado mucho que la gente que me rodea, sea en el trabajo donde sea, siente confianza conmigo y hay veces que si me siento mal, por decir, bueno estos pobres pendejos si supieran que pedo, no pero ni modo también de abrirles el panorama, de decirles que pedo, simplemente yo cumplo con pasarles el mensaje, si ellos lo aceptan que chido, y si no ni pedo que sigan su vida y ya. Es lo que he cambiado mucho yo también en el sentido de que ya hablo lo que realmente siento, porque eso también me chingó un chingo de que decía, bueno es que si me duele, pero ya hasta ahí. Pero no le decía, pero es que tu guey la cagaste por esto y por esto, por eso me has hecho daño, no, osea todo eso. Ya realmente soy así, ya expreso lo que siento, y lo vuelvo a decir una vez más, estoy redescubriendo mi personalidad.

*¿Considera entonces que el programa, el tratamiento, el grupo mismo le ha servido para cambiar actitudes en su vida?*

Sí, mucho.

*¿Había estado en algún otro programa antes?*

No.

*¿En el grupo ha tenido algún problema, actitud de alguna persona, o actividad que se realice en el grupo que a usted le haya hecho pensar abandonar el programa?*

Pues, así como para abandonarlo no, pero sí me ha hecho pensar en que aquí hay que decir, bueno, es su pedo y a la goma, yo cumplo con lo mío.

*¿Cómo que cosas?*

Actitudes más bien de compañeros, porqué, porque realmente se nos dice lean literatura, lean esto lean el otro, y luego van en contra muchas veces de todo eso que dicen que leamos, y eso a mí me encabrona.

*Para ir cerrando este trabajo, bueno y a pesar de todo lo que dijo, recomendaría esta experiencia?*

Lo sigo recomendando.

*¿Qué representa para usted el grupo Victoria?*

Yo lo he dicho fuerte, y hasta a lo mejor usted me ha oído, mi otra familia, igual también es una forma de, más bien es un lugar donde encuentro tranquilidad espiritual y un puente más hacia la vida feliz, ¿por qué?, por que ya no encuentro, a lo mejor si hay obstáculos, pero al estar en Victoria yo he encontrado muchas soluciones, que a lo mejor si no estando aquí, ahí me quedaba, no lo podría superar. Y significa también mi vida, también aparte, porque, por que aquí encontré mi vida, y ahora lo menos que puedo hacer es dar un poquito de mi vida para que Victoria sea lo que era antes, porque sí se ha visto mucho eso de que faltan escribientes, faltan apoyos, faltan padrinos, falta esa hermandad que se caracteriza Victoria, porque es una característica que siempre ha tenido, es fraternidad más bien. Yo fui a unos

grupos porque me invitaron unos cuates y no es lo mismo, aquí cuando llegan a Victoria y sea cual sea, todos, buenas noches. Pásale padrino, y en otro lado ni te pelan, y es cuando dices... no... mi grupo está chingón, porque ahí hay fraternidad , realmente lo que el programa dice, es un todo aquí porque, yo te puedo asegurar que si te enteras que le pasó a alguien algo, te duele, no.., entonces así igual yo, yo sé que algo le pasó y chin, no manches y ahora... pues hay que verlo siquiera para darle un abrazo precisamente de fraternidad, y en otros grupos no lo hacen.

*¿Algo más que quieras agregar?*

Pues lo que dije cuando terminé mi primera escritura, que ojalá Victoria siempre esté para ayudar a más gente, que sería chingón ¿no?. Tanto fue que me ayudó... tanto que... me sentía tan lleno, que llegué a mi casa a gritar no... todos se me quedaban viendo a pesar de que ya la habían vivido no...y ahora tu guey... pues me vale madres no...osea de decir, ya siento realmente quien soy , ya encontré lo que andaba buscando, que me alegría la destilaba porque, en ese tiempo donde trabajaba..., qué tienes guey, no pues estoy feliz, quieres sentirte como yo, pues vamos a mi grupo y así, así. Osea en cualquier momento yo mencionaba a mi grupo, ahora lo sigo haciendo, pero ya aprendí realmente cuando hacerlo y cuando no, y con quien sí y con quien no, quien te va a tomar bien, quien te va a tomar mal, osea, aprendí muchas cosas aquí, y para mí sería muy triste que cerrara el grupo por esas cositas, porque son detallitos que se van acumulando, y cuando menos sientes, ¡madres! ya explotó y si se pueden arreglar antes pues mucho mejor ¿no?. Y yo siento que no estoy dejando a mi grupo precisamente porque vengo a las juntas, vengo a apoyar, a lo mejor no como yo quisiera, yo quisiera estar diario, pero muchas veces no tengo el tiempo, eso es lo que más me traba. Me decían, pues búscate otro (se refiere a otro grupo), si pero no es igual, porque, porqué aquí encontré lo que yo buscaba. A lo mejor los otros grupos si sirven no, no digo que no, pero cada quien tiene su momento y su lugar, y mi momento y mi momento es aquí en Victoria.

*Pues muchas gracias por esta entrevista.*

De nada, al contrario.

**ANEXO 5**  
*TABLA 2.*  
*NÚMERO TOTAL*  
*DE MIEMBROS*

**ANEXO 5**  
**REGISTRO TOTAL DE MIEMBROS POR EXPERIENCIA**

Año	No. de experiencia	Fecha		Escribientes		
		Inicio	Término	Recibidos	Concluyeron	Bajas
2000	1	23-May	04-Jun	16	12	4
	2	03-Jul	23-Jul	19	12	7
	3	03-Jul	20-Ago	25	21	4
	4	28-Ago	10-Sep	28	21	7
	5	18-Sep	08-Oct	29	24	5
	6	16-Oct	27-Oct	33	27	6
	7	06-Nov	19-Nov	30	26	4
2001	8	27-Nov	08-Dic	26	22	4
	9	08-Ene	28-Ene	27	23	4
	10	05-Feb	25-Feb	26	22	4
	11	05-Mar	23-Mar	36	30	6
	12	02-Abr	22-Abr	37	31	6
	13	30-Abr	13-May	37	32	5
	14	21-May	10-Jun	41	37	4
	15	18-Jun	08-Jul	44	33	11
	16	16-Jul	05-Ago	49	32	17
	17	13-Ago	26-Ago	34	28	6
	18	29-Ago	16-Sep	37	27	10
	19	20-Sep	07-Oct	39	30	9
	20	11-Oct	28-Oct	39	34	5
	21	01-Nov	18-Nov	38	28	10
	22	22-Nov	09-Dic	43	32	11
	23	14-Dic	15-Dic	20	20	0
2002	24	03-Ene	18-Ene	24	21	3
	25	24-Ene	10-Feb	30	26	4

	26	18-Feb	10-Mar	40	33	7
	27	18-Mar	07-Abr	41	32	9
	28	15-Abr	05-May	30	25	5
	29	20-May	09-Jun	35	31	4
	30	17-Jun	07-Jul	43	35	8
	31	13-Jul	28-Jul	45	36	9
	32	05-Ago	25-Ago	44	37	7
	33	30-Ago	31-Ago	28	28	0
	34	02-Sep	22-Sep	49	37	12
	35	30-Sep	20-Oct	52	41	11
	36	28-Oct	17-Nov	53	48	5
	37	25-Nov	16-Dic	59	49	10
<b>2003</b>	38	03-Ene	10-Ene	46	39	7
	39	20-Ene	09-Feb	52	47	5
	40	17-Feb	09-Mar	51	42	9
	41	17-Mar	06-Abr	52	44	8
	42	14-Abr	04-May	48	46	2
	43	12-May	01-Jun	59	41	18
	44	09-Jun	29-Jun	62	47	15
	45	07-Jul	25-Jul	65	52	13
	46	04-Ago	24-Ago	69	59	10
	47	01-Sep	21-Sep	68	54	14
	48	29-Sep	17-Oct	70	58	12
	49	27-Oct	16-Nov	70	54	16
	50	24-Nov	14-Dic	72	57	15
<b>2004</b>	51	02-Ene	11-Ene	48	45	3
	52	19-Ene	06-Feb	52	44	8
	53	16-Feb	07-Mar	70	58	12
	54	15-Mar	04-Abr	70	64	6
	55	12-Abr	02-May	72	53	19

	56	10-May	30-May	71	57	14
	57	07-Jun	27-Jun	80	68	12
	58	05-Jul	21-Jul	83	78	5
	59	02-Ago	22-Ago	85	74	11
	60	30-Ago	19-Sep	66	51	15
	61	27-Sep	15-Oct	71	57	14
	62	25-Oct	14-Nov	68	53	15
	63	22-Nov	12-Dic	45	37	8
<b>2005</b>	64	03-Ene	09-Ene	55	45	10
	65	17-Ene	06-Feb	61	49	12
	66	14-Feb	06-Mar	78	71	7
	67	14-Mar	03-Abr	73	61	12
	68	11-Abr	01-May	69	61	8
	69	09-May	29-May	73	64	9
	70	06-Jun	24-Jun	71	62	9
	71	04-Jul	24-Jul	58	47	11
	72	01-Ago	21-Ago	62	58	4
	73	29-Ago	16-Sep	51	47	4
	74	26-Sep	16-Oct	44	37	7
	75	24-Oct	11-Nov	40	32	8
	76	21-Nov	09-Dic	36	27	9
<b>2006</b>	77	02-Ene	08-Ene	35	20	15
	78	16-Ene	05-Feb	*	25	*
	79	13-Feb	05-Mar	*	32	*
	80	13-Mar	02-Abr	*	30	*
	81	10-Abr	30-Abr	*	16	*
	82	08-May	28-May	24	21	3
	83	05-Jun	25-Jun	34	20	14
	84	03-Jul	23-Jul	29	17	12
	85	31-Jul	20-Ago	*	24	*



	86	28-Ago	17-Sep	25	22	3
	87	29-Sep	30-Sep	19	16	3
<b>Total</b>	<b>87</b>			<b>3928</b>	<b>3366</b>	<b>689</b>

\* No se encontraron los registros que indican este dato.

**Tabla 2.** Muestra el total de pacientes recibidos, las bajas y quienes concluyeron el trabajo inicial del tratamiento que corresponde a la elaboración y lectura posterior del inventario moral en la Hacienda. Estos datos no representan a la población que continúa asistiendo a la institución.